Ravindra Kumar · Jytte Kumar Larsen

Kundalini

Poarta către înalta conştienţă
Cartea vieţii şi a morţii

Traducere de Liviu Pleşca

Toate drepturile asupra acestei versiuni
aparţin Editurii DAO PSI.

The Kundalini Book of Living and Dying
Gateways to Higher Consciousness
© 2004, Ravindra Kumar şi Jytte Kumar Larsen

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

KUMAR, RAVINDRA
Kundalini : poarta catre înalta constienta / Ravindra Kumar, Jytte Kumar Larsen ; trad.: Liviu Plesca. - Bucuresti : Dao Psi, 2006
Bibliogr.
ISBN (10) 973-86914-9-4 ; ISBN (13) 978-973-86914-9-0

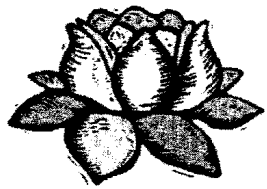
I. Kumar Larsen, Jytte
II. Plesca, Liviu (trad.)

294.3

www.sfat.info
Redacţia: dao@sfat.info
Distribuţie, tel./fax: 021-4236417

ISBN (10) 973-86914-9-4 ; ISBN (13) 978-973-86914-9-0

Această carte este dedicată bunicii mele, Bhagwati Devi, şi tatălui meu, Ganga Singh, care m-au ghidat când trăiau pe pământ şi care mă ghidează în continuare din Ceruri.



CUVÂNT ÎNAINTE

În decursul evoluției mele spirituale, am avut episoade de activare a energiei Kundalini. Când s-au întâmplat pentru prima oară, erau prea puțin descrise în literatură pentru a plasa experiențele într-un context plin de semnificații în viața mea. Chiar și astăzi, în pofida mai multor cercetări, această parte importantă a conștiinței noastre nu este pe deplin apreciată. De aceea *Kundalini: poarta către înalta conștiență* a dr. Ravindra Kumar este o lucrare importantă; ea explică natura energiei Kundalini, de ce aceasta este importantă și în ce mod orice persoană poate să-i folosească avantajele în propria viață. În procesul iluminării individuale, noi contribuim decisiv la iluminarea spiritului întregii umanități. Abilitatea noastră de a evolua ca ființe umane și ca spirite, puterea noastră de a ne uni cu Dumnezeu, capacitatea de a lăsa în urmă pentru totdeauna ura, războiul și terorismul vor fi ușurate – și chiar determinate – de Kundalini.

Această energie a iluminării sălășluiește în fiecare dintre noi, adesea latentă până când decidem să căutăm unirea cu Dumnezeu. În timpul învățării și practicii spirituale consecvente, ne trezim energia latentă din interior și suntem profund schimbați – fizic, mental și spiritual. Însemnele energiei Kundalini se găsesc în fenomene ca mișcarea electricității în corp, decorporalizări, senzații de căldură intensă și foc, percepția unor sunete de fundal, sentimentul că ești în prezența lui Dumnezeu și conștiința unor prezențe spirituale precum îngerii. Mai importante sunt însă beneficiile personale care stau în spatele acestor fenomene: creativitate, geniu, stare accentuată de bună dispoziție, longevitate și, mai presus de toate, iluminare.

Experienţele Kundalini au fost semnalate în întreaga lume din cele mai vechi timpuri. Kundalini este focul divin al lui Dumnezeu şi al sfinţilor, *samadhi* al yoghinilor, binecuvântarea sfinţilor, energia vindecătoare care curge prin palmele vindecătorilor, inspiraţia invenţiilor, fericirea intensă a unei experienţe de vârf. Omul obişnuit poate gândi că Kundalini aparţine doar acelora a căror practici spirituale i-au adus la un nivel ridicat de conştiinţă, dar acest lucru nu este adevărat. Kundalini este universal şi disponibil pentru toţi. Oricine se roagă sau practică cu regularitate meditaţia este probabil ca la un moment dat să simtă puterea Kundalini. Experienţele mele personale au rezultat din studii spirituale, meditaţie şi dezvoltare psihic-intuitivă. Neştiind prea multe despre Kundalini la început, iniţial am considerat aceste experienţe drept episoade izolate. Pe măsură ce am învăţat mai multe despre Kundalini, am înţeles importanţa înţelegerii rolului său în dezvoltarea conştiinţei şi am încurajat-o să devină mai activă într-un mod gradual şi eficient.

Cu câţiva ani în urmă, am avut privilegiul să-l întâlnesc pe dr. Ravindra Kumar şi m-am familiarizat cu lucrările sale. Dr. Kumar este un om de o mare profunzime spirituală, cunoaştere şi înţelepciune. Datorită anilor săi de studiu şi practică spirituală, el a ajuns la nivelul înţelegerii adevărului pe care ni-l împărtăşeşte în lucrări de mare valoare. Prezenta lucrare, *Kundalini: poarta către înalta conştienţă*, este capodopera operei sale. Dr. Kumar îmbină filosofia occidentală şi orientală, religia, esoterismul, mistica, ştiinţa şi psihologia pentru a explica din puncte de vedere diferite natura spiritului şi a realităţii. Din experienţa sa personală, a dezvoltat Calea Completă, o modalitate practică pentru pasionaţii spiritului de a-şi deschide energia Kundalini şi dezvolta conştiinţa spirituală. Instrucţiuni specifice şi exerciţii sunt date pentru fiecare etapă.

Cu cât ştim mai multe despre Kundalini şi cum să îl aducem în floarea din interiorul nostru, cu atât mai mult vom beneficia

de el, atât ca indivizi cât şi ca parte a spiritului colectiv al umanităţii. Kundalini este alături de noi în procesul înţelegerii naturii creaţiei, identităţii personale şi, în cele din urmă, unirii cu Dumnezeu.

Esenţa Kundalini este elocvent redată de *Psalmul 18*, din care redau fragmentul de mai jos:

> Cerurile spun slava lui Dumnezeu şi facerea mâinilor Lui o vesteşte tăria.
> Ziua zilei spune cuvânt, şi noaptea nopţii vesteşte ştiinţă.
> Nu sunt graiuri, nici cuvinte, ale căror glasuri să nu se audă.
> În tot pământul a ieşit vestirea lor, şi la marginile lumii cuvintele lor.
> În soare şi-a pus locaşul său; şi el este ca un mire ce iese din cămara sa.

Când Kundalini este trezit prin acordare cu planurile superioare, trăim rapid în căldura focului divin. Splendoarea iubirii divine curge prin noi. Este vital să recunoaştem puterea Kundalini din interiorul nostru şi să învăţăm să o cultivăm în numele adevărului şi iubirii. Cu cât mai mult vom face asta, cu atât mai puţin ne vom coborî în teamă şi ură. De fapt, în cele din urmă, nici măcar nu vom fi capabili să facem asta, deoarece sufletul nostru colectiv va fi în mod conştient ancorat în lumină şi dragostea necondiţionată a Dumnezeirii. Cu adevărat vom fi membrii împărăţiei lui Dumnezeu. Totuşi, acest viitor nu se va întâmpla decât dacă noi îl alegem. Această carte oferă un ghid excelent pentru a ne ajuta să facem realitate această alegere.

dr. ROSEMARY ELLEN GUILEY
Autor al lucrării
The encyclopedia of Saints and Breakthrough Intuition

PREFAŢĂ

Eminentul psihiatru elveţian Carl Jung spunea că din punct de vedere psihologic este benefic să ai moartea ca scop pentru care să depui efort. Mozart a numit moartea cheia care deschide uşa adevăratei fericiri. Shakespeare a scris că, atunci când suntem pregătiţi pentru moarte, viaţa este mai dulce. Filosoful francez Michel de Montaigne spunea: „A exersa moartea înseamnă a exersa libertatea".

Deşi dr. Ravindra Kumar nu o spune în mod explicit, această carte este despre „exersarea morţii". Cuvinte ciudate, dar ca Jung, Mozart, Shakespeare şi Montaigne, dr. Kumar a descoperit fântâna înţelepciunii. Când bem din această fântână, învăţăm cum să ne conducem viaţa într-un mod mai plăcut şi plin de înţeles în timpul existenţei noastre de acum. Este un mare paradox: exersezi moartea, îmbrăţişezi moartea şi înveţi cum să trăieşti acum.

„Moartea este într-adevăr un eveniment plin de frică al brutalităţii", spunea Jung. „Nu are rost să pretindem altfel. Este brutal nu numai ca un eveniment fizic, dar de asemenea mai mult din punct de vedere psihologic. Dintr-un alt punct de vedere, moartea apare ca un eveniment plin de bucurie. Din punctul de vedere al eternităţii, ea este o nuntă, o *mysterium conjunctionis*. Sufletul îşi întâlneşte jumătatea lipsă. Îşi dobândeşte totalitatea." (1)

Pentru occidentalul materialist este extrem de dificil dacă să adere sau nu la o religie, să înţeleagă o astfel de raţiune profundă. „Ideea morţii, frica de ea, bântuie mintea omului ca nimic altceva", a scris antropologul Edwin Becker în cartea sa

câştigătoare în 1974 a premiului Pulitzer, *Negarea Morţii*. Becker a explicat că pentru a ne elibera de anxietatea morţii, aproape toată lumea alege calea refulării. Ne îngropăm anxietatea adânc în subconştient în timp ce ne ocupăm conştiinţa cu slujbele noastre, evadări în poveşti fantastice, trimitem mingi mici albe în găuri, ne expunem maşinile noastre luminoase şi urmărim bunăstarea materială în timp ce căutăm o securitate cotidiană care ne aşteptăm să continue timp nelimitat. Transpunem în vieţile noastre aprecierea lui Kierkegaard privind „filistinul" – omul pe deplin preocupat cu banalul, omul luptându-se din greu să se identifice cu jucăriile sale.

Desigur, de-a lungul drumului, unii îşi alocă timp pentru iubire şi slujbe religioase, lucruri care contează, dar mai devreme sau mai târziu acele anxietăţi reprimate privitoare la moarte încep să urce către suprafaţă, ducând la stress, anxietate, teamă şi depresie.

Becker a numit refularea inamicul omenirii. Psihiatrul Robert Jay Lifton, autorul cărţii *The Broken Connection*, a spus în mare acelaşi lucru, afirmând: „În viaţa de zi cu zi trebuie să-ţi accepţi moartea pentru a avea o percepţie corectă asupra vieţii."

Secretul pentru a trăi o viaţă fără refulări, în consens cu ceea ce spune Becker şi Lifton, este de a da un sens imortalităţi, de a avea convingerea fermă că viaţa prezentă este o parte a vieţii eterne. Jung, Mozart, Shakespeare şi Montaigne, toţi au dat un sens imortalităţii. Fără acesta şi fără mecanismul defensiv al refulării, omul aleargă spre extincţie sau, cum a spus Jung, „mărşăluieşte spre nonexistenţă."

Dezvoltarea acestui sens al imortalităţii nu se realizează în mod obişnuit prin mersul la biserică sau sinagogă o dată pe săptămână. Moartea trebuie practicată zilnic. Cum a spus Socrate, „a practica moartea" este în cel mai simplu aspect aplicarea filosofiei „în sensul corect" şi a învăţa cum „să-ţi

accepţi moartea cu uşurinţă." Înseamnă căutarea adevărului suprem, cultivarea unei conştiinţe de nivel superior, să fii capabil să vizualizezi alte aspecte ale existenţei, clarificarea propriilor motivaţii, înţelegerea consecinţelor acţiunilor noastre, înfrânarea pornirilor. Necesită meditaţie şi învăţare, inclusiv citirea tuturor marilor cărţi religioase, ca şi lucrările diverşilor căutători ai adevărului, învăţaţi, înţelepţi, profeţi, sfinţi şi învăţători religioşi, oameni ca Jung, William James, Emanuel Swedenborg, Alice Bailey, Rudolf Steiner, Swami Ramakrishna, Mary Baker Eddy, maica Tereza din Avila, Ioan al Crucii, Grace Cook, Edgar Cayce, Allen Kardec, Hildegard din Bingen şi alţii.

Mulţi oameni se gândesc să-şi dedice o oră pe zi exerciţiilor, pentru a ajunge la o condiţie fizică optimă. Antrenându-ne pentru moarte o oră pe zi, putem obţine aceleaşi efecte benefice pentru condiţia spirituală. Ne eliberează din lanţurile refulării. Ne ajută pe drumul evoluţiei de la întuneric la lumină, de la inconştienţă spre conştienţă, de la depravarea spirituală spre iluminare, de la ignoranţă la cunoaştere, de la imperfecţiune la perfecţiune.

Cartea poate ajuta pe cel aflat în căutarea adevărului să înţeleagă ce înseamnă să exersezi moartea şi apoi chiar să facă acest lucru. Îi arată credinciosului cum să-şi înţeleagă mai bine viaţa, să se bucure de ea, să o armonizeze, să găsească pacea interioară, liniştea şi odihna, de a acţiona în sensul de fi una cu Dumnezeu şi de a avea parte de o trecere uşoară spre lumea vibraţiei superioare când timpul va veni.

MICHAEL E. TYMN, editorul cărţii,
Academia de studii a religiei şi psihicului

MULŢUMIRI

Am fost norocos să primesc iniţierile spirituale de la învăţaţi cu o reputaţie deosebită. Mi-am plecat capul spre picioarele sfinte ale acestor guru.

Prin vizualizarea vieţilor anterioare am descoperit pe maestrul Pitagora, care mi-a fost îndrumător în anul 600 î.H şi care de asemenea m-a ajutat în alte vieţi. În viaţa prezentă am primit prima iniţiere de la Siddheshwar Baba în locaţia sa de lângă Delhi în 1986. El fusese în trecut Dr. B.S. Goel, autorul cărţii *Third Eye and Kundalini*. În 1987 am fost iniţiat de către guru Sri Herald Klemp din Minnesota. De atunci am întâlnit în visuri câţiva sfinţi necunoscuţi şi am primit iniţieri din partea acestora. Mi-a fost dată o binecuvântare care are valoare şi în ziua de azi.

Recent, am fost norocos să primesc iniţierea de la cunoscuta doamnă Guruma, la aşezământul ei de lângă Sonepat. Apoi am luat legătura cu guru Deepak Yogi, care mi-a dat iniţierea Shaktipat şi binecuvântarea lui. Ulterior am primit permisiunea să fac iniţieri Shaktipat şi yoga krya de către dr. Swami Krishnananda Saraswati din Kali Mandir, Uttarkashi, care este elevul lui H.H. Swami Narain Tirth din Shankarmath, Uttarkashi şi Siddha Yogashram, Varanasi (Kashi).

În cele din urmă am aflat despre descendenţa învăţaţilor Tirth şi am fost iniţiat de către Swami Parmananda Tirth din Indore, care este elevul puternicului iniţiat Shaktipat Swami Shivom Tirth, care la rândul lui este discipolul cunoscutului guru Swami Vishnu Tirth Maharaj.

Îi sunt de asemenea recunoscător mamei mele, doamna Lakshmi Devi, şi mamei lui Jytte, doamna Ellen Marie Anderson, pentru dragostea şi binecuvântările lor. Sincere mulţumiri le datorez lui Michael E. Tymm şi Jonathan Barber pentru redactarea manuscrisului, fără de care acesta nu ar fi ajuns în frumoasa formă actuală. Le datorez de asemenea mulţumiri lui Margaret Dempsey şi Brigitte Arora pentru câteva sugestii utile.

Multe mulţumiri lui Henry Belk II, Richard Luis Batzler, dr. Claire G. Walker, dr. John F. Miller, Gopi şi Neela Chari, dr. Rosemary Ellen Guiley, dr. Bonny Greenwell, Barbara Harris Whitfield, Boyce Batey şi Rabia Lynn Clark pentru plăcutele şi utilele discuţii pe care le-am avut cu ei.

Aş vrea să-mi exprim recunoştinţa pentru fratele meu, Jitendra Singh, fiului meu Atul Singh şi fiicei mele Seema Singh, pentru încurajările lor şi pentru că îndeplinesc obligaţiile mele ori de câte ori sunt plecat din India.

Aş vrea să-mi exprim mulţumirile discipolului meu, avocatul Anjani Kumar Pradhan pentru grija acordată activităţilor Academiei ca Secretar executiv, în special când sunt plecat din ţară. Îi datorez de asemenea mulţumiri discipolului meu Munisch Kumar Shukla pentru acelaşi lucru.

La sfârşit doresc să mulţumesc vărului meu Ramola Singh pentru interesul şi asocierea spirituală, pentru că promovează un restaurant vegetarian în preajma Centrului Yoga şi pentru că mi-a făcut cunoştinţă cu avocata Ravindra Kumar, care a muncit cu succes pentru formarea unui grup spiritual şi pentru aşezământul religios din Etah, India.

INTRODUCERE

Fiecare dintre noi are o energie spirituală latentă în partea de jos a coloanei vertebrale. În Orient, energia este numită *Kundalini*. Dar indiferent sub ce nume este cunoscută, această energie spirituală este numitorul comun al tuturor marilor religii.

Dacă această energie este trezită şi convertită în putere interioară, începem să ne schimbăm. Dezvoltăm o înţelegere a marilor adevăruri şi vedem moartea nu ca un inamic, ci ca o tranziţie minoră în marea schemă a transformărilor. Suntem capabili să vedem viaţa sufletului – partea eternă din noi.

O persoană care are trezit Kundalini vede cu regularitate universul prin viziuni şi experienţe spirituale „extracorporale". (Interesant, experienţe spirituale temporare sunt de asemenea posibile datorită evenimentelor precum visele, drogurile, anestezia şi experienţele de moarte clinică. Dar acestea sunt ca şi cum ai obţine un „permis provizoriu" către cealaltă lume, în timp ce Kundalini asigură posibilitatea unei prezenţe permanente.) Cineva experimentează viaţa de după moarte înainte să moară. O perspectivă mai cuprinzătoare a vieţii eterne a sufletului îi permite acestuia să-şi evalueze semnificaţia existenţei fizice actuale într-o perspectivă adevărată.

Această înţelegere reduce mult anxietatea în diferite aspecte ale vieţii, pe lângă eliminarea fricii de moarte ca un sfârşit la toate sau un salt în necunoscut. Construieşte o pace interioară şi ne inspiră să ne conducem o viaţă plină, corectă, etică, onestă şi pioasă. În acelaşi timp, permite o tranziţie uşoară şi paşnică către sferele vibraţiei superioare când ne

eliberăm de adăposturile noastre pământeşti şi ne mutăm în altă parte.

În scripturile marilor religii ale lumii – budistă, hindusă, creştină, tibetană, musulmană şi egipteană, ca şi în Societatea Teosofică, această „altă parte" este împărţită în şase planuri „superioare" (descrise în moduri diferite de către religii) care există dincolo de planul fizic: eteric, astral, psihic, spiritual, cosmic, nirvanic. Astfel, cu totul sunt şapte diviziuni ale universului, începând cu cel fizic. Cerul de-al şaptelea din mitologia vestică îşi are originile în acest concept. Personalităţi din timpul nostru precum Sri Aurobindo, Osho Rajneesh, Carl Jung, Geraldine Cummins, Gladys Osborne Leonard şi Martius de asemenea erau familiari cu cele şapte planuri.

Sufletul nostru este destinat să treacă prin aceste şase lumi pentru a-şi atinge scopul final: contopirea cu Sufletul Divin. Această uniune implică o apropiere de Dumnezeu, dar în acelaşi timp o păstrare a individualităţii personale. Se crede că celor şapte planuri ale realităţii le corespund cele şapte chakre sau centri de conştiinţă şi energie din corpul uman, cu energia Kundalini în partea de jos. Trezirea energiei Kundalini (sau atingerea potenţialului complet) înseamnă activarea succesivă a acestor chakre.

Trezirea Kundalini este adevăratul înţeles al expresiei „născut din nou" sau „trezirea prin a doua naştere". Cum Hristos a spus, numai cel născut a doua oară poate intra în Împărăţia Cerurilor. Am avut şansa să experimentez o astfel de trezire în 1987. Mi-a schimbat întreaga concepţie despre viaţă şi, după ce am predat matematicile mai bine de treizeci ani în opt ţări, mi-am schimbat orientarea spre religie şi psihologie. Am demisionat din matematică, ca să spun aşa, în 1994, şi m-am dedicat în întregime creşterii spirituale şi ajutorării altora pentru dezvoltarea spirituală.

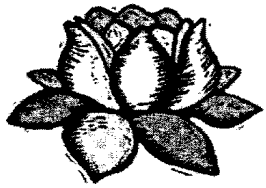
Am discutat aspecte spirituale, inclusiv trezirea Kundalini, în cele trei cărţi precedente: *Secrets of Numerology* (1992), *Destiny, Science and Spiritual Awakening* (1997) şi *Kundalini pentru începători* (2000). În această carte am încercat să armonizez aspectele esenţiale din acele trei cărţi şi să le prelucrez pentru a prezenta cititorului o scurtătură către Calea Integrală a activării Kundalini şi iluminării.

Din experienţa mea personală, ca şi a altora pe care i-am întâlnit, este convingerea mea fermă că un Kundalini activat este primul factor răspunzător de performanţe individuale deosebite în orice aspect al vieţii, fie în arte sau sport, ştiinţe sau război. Această carte vă prezintă succint, pe scurt, Calea Integrală concepută ca o combinaţie de metode ştiinţifice şi clasice pentru a vă realiza potenţialul infinit în această existenţă şi în cele care urmează.

Vă doresc succes în călătoria dumneavoastră ascendentă către starea de pace şi eternul paradis.

PARTEA ÎNTÂI

Cealaltă lume



CAPITOLUL 1

TREZIREA PRIN A DOUA NAŞTERE

Am experimentat moartea şi, paradoxal, în moarte m-am trezit la o nouă viaţă. În 1987 locuiam în Zimbabwe. La orele 5 dimineaţa, într-o dimineaţă liniştită de octombrie, în timp ce-mi spuneam rugăciunea, L-am rugat să mă ajute să găsesc calea către iluminare. Fiind disperat în neputinţa mea de a ajunge la El, am simţit lacrimile curgându-mi din ochi. Mătăniile mi-au căzut din mâini şi nu mai aveam percepţia lumii exterioare. Deodată am văzut corpul meu fără viaţă fiind purtat pe umerii a patru oameni în timp ce ei repetau cuvintele „Ravindra Kumar este mort". Ieşind din această situaţie ireală şi mizerabilă, m-am simţit uşurat, fericit şi împăcat; un nou orizont se deschisese înaintea mea. Am simţit că ceva se schimbase în mine. Atunci nu am ştiut-o, dar aceasta a fost renaşterea mea spirituală. Starea mea de beatitudine şi mulţumire era copleşitoare când m-am ridicat din scaun şi am părăsit camera. Soarele din Zimbabwe se trezea la viaţă când am ieşit afară pentru lunga mea plimbare regulată, aducându-mi o stare

de prospeţime sufletească. Mai târziu în acea dimineaţă, mergând la departamentul de matematică, nu mă simţeam în apele mele. Povestind altora despre această experienţă, am descoperit că aceştia nu puteau să mă înţeleagă. Începând din acea zi, am început să-mi pierd interesul pentru matematici, profesia mea pentru mai bine de douăzeci şi şapte de ani.

Într-o seară, aproximativ două săptămâni mai târziu, îmi spuneam rugăciunile şi meditam cum făceam de obicei şi beam un ceai când brusc corpul meu a început să se contorsioneze ca un şarpe. Îmi simţeam limba ca şi cum ar fi ieşit afară din gură şi o căldură intensă ieşind din vârful capului. Grăbindu-mă afară din casă, am făcut o plimbare rapidă de jumătate de oră şi apoi am pedalat la bicicleta mea de gimnastică timp de încă douăzeci de minute. Mi-am luat apoi o băutură rece şi m-am odihnit. În ziua următoare, doctorul de la universitate m-a examinat şi mi-a ascultat experienţa în detaliu. Mi-a spus clar că dacă nu aş fi fost atât de sănătos şi bine din punct de vedere fizic, astăzi aş fi fost paralizat. În cariera lui întâlnise cazuri în care practicanţii de yoga slăbiţi fizic pot paraliza datorită meditaţiilor prelungite. Deoarece practicasem regulat exerciţii de hatha yoga, şoptindu-mi rugăciunile şi citind literatură tantra timp de câţiva ani, trezirea energiei Kundalini nu-mi produsese o paralizie. Totuşi, doctorul m-a sfătuit să întrerup toate practicile de meditaţie şi să nu mai predau la universitate timp de două săptămâni.

În acea zi de octombrie 1987, după ce am întrerupt toate rugăciunile şi meditaţiile, au început să mi se dezvăluie o serie minunată de experienţe. Am continuat să mă rog în fiecare dimineaţă şi de trei ori în două luni de zile am văzut-o pe Maica Domnului îmbrăcată într-un costum de mătase roşie, cu văluri argintii înfăşurate în jurul braţelor. Îmi zâmbea. Oh, ce chip minunat şi ochi luminoşi! M-am văzut îmbrăcat în alb, coborându-i la picioare în timp ce mă binecuvânta, cu mâna

dreaptă atingându-mi capul. Ca urmare a acestor viziuni, eram foarte fericit şi mulţumit. Atenţia mea s-a mutat de la matematici la religie şi parapsihologie. Am început să scriu articole bazate pe propriile experienţe. Acestea au fost publicate în *The Journal of Religion and Psychical Research*.

Toate credinţele şi tradiţiile religioase au vorbit despre sunetul primordial care este auzit intern în stările profunde de meditaţie. Acesta este sunetul care poartă sufletul către Dumnezeu. Experienţele mele cu sunetul primordial au început în mijlocul nopţii, când m-am trezit să merg afară. Pe la orele două dimineaţa, am auzit un sunet persistent, precum cel scos de o cochilie de scoică sau de un avion care zboară deasupra casei. Am întrebat pe toţi cei din casă dacă au auzit ceva neobişnuit. Cei care locuiau în casă au spus că nu au auzit nimic. Dimineaţa m-am dus la spitalul universităţii, unde doctorul m-a examinat. Mi-a spus că nu este nimic în neregulă cu urechile mele. Aflase de cazuri când oamenii aud sunete interne care fie se liniştesc, fie continuă, dar că, în cazul meu, nu era nimic care să mă îngrijoreze. Trăiesc cu acel sunet şi în ziua de astăzi. De-a lungul anilor a ajuns mai clar şi puternic.

Experienţele mele cu lumina divină au început în 1984, în timp ce practicam meditaţia. La acel moment eram profesor la Universitatea din Port Harcourt, Nigeria. Deodată, am auzit un sunet slab, ca şi cum electricitatea ar fi parcurs distanţa dintre doi poli, ochii mi s-au mărit şi am văzut o coloană de lumină înaltă de 15 cm şi lată de 10 cm care stătea la un metru jumătate de capul meu. Uimit de privelişte, am privit în jur să văd sursa acestei lumini, dar nu am găsit nimic. La scurt timp, lumina a început să pâlpâie, s-a deplasat spre stânga, în timp ce-şi reducea dimensiunile, dispărând complet după ce se deplasase aproximativ un metru. Această lumină era deosebită şi luminoasă, dar nu mi-a afectat ochii, mai degrabă m-am simţit încântat. După această întâmplare, credinţa mea în

Dumnezeu a crescut. Am devenit mai fericit, mai puţin preocupat de activităţile exterioare din jurul meu şi mai preocupat de gândurile şi sentimentele mele despre Dumnezeu.

Am mai trăit o experienţă cu o lumină interioară două luni după trezirea mea din 1987. Dimineaţa devreme, pe când tocmai mă pregăteam să mă dau jos din pat, am văzut o lumină albastră cu ochii minţii. Fiind deosebit de atras de ea, am ţinut ochii închişi şi am continuat să mă concentrez asupra lumini. După o perioadă, mi-am deschis ochii şi am găsit că lumina nu dispăruse. Indiferent dacă ochii mei erau deschişi sau închişi, lumina albastră a rămas acolo pentru 10 sau 15 minute şi apoi a dispărut. În ziua de azi, când îmi închid ochii, primul lucru pe care îl văd este lumina albastră.

Am experimentat ceea ce în Orient este cunoscut sub numele de Kundalini, trezirea spirituală din interior. Kundalini este energia spirituală latentă aflată la baza coloanei vertebrale. Este în forma unui şarpe, încolăcit de trei ori şi jumătate, cu gura lui închizând deschiderea măduvii spinării, numită *sushumna*. Majoritatea avem numai 15 până la 20 la sută din creier activ în orice moment. Când Kundalini se trezeşte, părţile adormite ale creierului încep să se activeze şi persoana începe să capete puteri neobişnuite. Aceasta va face acea persoană un geniu în domeniul său de activitate. Consecinţele naturale ale elevării energiei Kundalini sunt realizările excepţionale în orice domeniu de activitate, precum trezirea spirituală sau iluminarea.

Viaţa înainte de trezire

Privindu-mi viaţa înainte de acea zi memorabilă din 1987, mi-am dat seama că drumul meu spiritual era predestinat. Mama mea îmi spusese odată că în copilărie nu m-au interesat

lucrurile materiale, că nu mi-a păsat de mingii, fluiere sau alte jucării cum aveau ceilalţi copii. Rămâneam tăcut, retras, mulţumit, fericit, doar îmi ţineam mama de degete şi mergeam liniştit între ea şi tatăl meu. M-am întrebat dacă această purtare era moştenită dintr-o viaţă anterioră sau era un comportament nou. În timpul facultăţii, am fost onorat să fiu numit coordonatorul echipei de gimnastică. Poate ar fi trebuit să trăiesc un sentiment de mândrie când purtam jacheta de căpitan al echipei, dar nu a fost cazul. Am fost un student eminent precum şi un bun atlet, mi-au plăcut activităţile extraşcolare. Totuşi nu am trăit niciodată plăcerea realizărilor pe care le-aş avea. În orice împrejurare, m-am regăsit singur, deşi calităţile mele de umorist şi cântăreţ ar fi trebuit să-mi asigure recunoaşterea şi compania. Întotdeauna am preferat solitudinea, să fiu singur şi să gândesc, m-am complăcut să păşesc pe cărări neumblate. Nu că mi-ar fi displăcut compania oamenilor, aveam însă nevoie periodic de timp pentru introspecţie şi căutarea sensului vieţii mele. Simt un fel de insatisfacţie constructivă în ceea ce priveşte bunurile materiale şi relaţiile sociale.

Natura m-a favorizat din fragedă copilărie, oferindu-mi mediul perfect pentru dezvoltarea mea interioară. Aveam zece luni când mama m-a lăsat cu bunica, pentru ca ea să poată studia într-o şcoală de pregătire a profesorilor. Clasele primare şi educaţia din facultate s-au realizat fiind departe de părinţi. Trăind în dormitoare, am plâns pentru că-mi lipseau părinţii şi mă simţeam atât de singur. În viaţa mea profesională am predat în cinci locuri în India şi opt ţări din toată lumea. La fiecare doi ani m-am mutat într-o nouă ţară, într-o nouă locaţie, o nouă casă, am avut de a face cu oameni noi, noi circumstanţe sau o nouă maşină. Astfel am fost nevoit să uit vechile locuri şi prietenii şi să-mi dezvolt noi relaţii. Aceasta m-a ajutat să-mi depăşesc frica de necunoscut din inimă şi m-am

obişnuit să accept noi aventuri. Această schimbare constantă mi-a dezvoltat o atitudine de detaşare care a devenit obişnuinţă.

Predând la diferite universităţi, mi-am dedicat timpul liber pentru a exersa dimineaţa yoga şi a face lungi plimbări seara. În anul 1982, fără nici o intenţie prealabilă, am cumpărat o carte de rugăciuni din Delhi. A fost ca şi cum cineva m-ar fi îndrumat spre locul unde cartea era expusă. Luând cartea în Nigeria, unde predam, am selectat câteva rugăciuni şi am început să le intonez pentru două sau trei ore în fiecare zi. Mă obişnuisem să mă culc devreme, între orele 21:30 şi 22, şi să mă scol între orele 2:30 şi 2:45. Mă spălam şi stăteam să meditez şi intonez rugăciuni de la orele 3 până la 6 dimineaţa. De asemenea, citeam diverse scripturi, poveşti religioase şi istorii personale ale celor treziţi din întreaga lume timp de trei ore în fiecare zi. Viaţa sexuală era regulată şi beam moderat alcool, trăind timp de câţiva ani o viaţă care combina hatha yoga (posturi yogine), bhakti yoga (incantaţii şi meditaţie), jnana yoga (citirea scripturilor şi căutarea Sinelui) şi tantra yoga (controlul energiei sexuale).

O lumânare pusă dedesubtul unui recipient cu apă nu poate genera suficientă căldură pentru a face apa să fiarbă. Totuşi, când o sursă puternică de căldură este pusă sub recipientul cu apă, aceasta va face ca apa să fiarbă şi o va transforma în abur. În acelaşi mod, dacă forţe spirituale puternice sunt puse în mişcare, acestea vor activa energia latentă din noi. Şi precum apa este transformată în abur, omul, care este Dumnezeu în esenţa lui, se transformă în Dumnezeu. În acel moment, o explozie de energie este trăită în interior şi trăim genul de experienţe spirituale precum cea pe care am descris-o anterior. Chimia şi psihologia corpului încep să se schimbe. Un fenomen specific pe care l-am observat a fost o intensificare a activităţii care are loc în testicole şi un fluid care se scurgea în sus spre creierul meu. Uneori îmi simţeam nervii

rupându-se în creier. Preocuparea mea pentru activităţile sexuale a suferit schimbări dramatice de vreme ce trăiam aproape ca un pustnic. Înainte de această perioadă activităţile sexuale erau regulate şi prelungite; acum, acestea erau ocazionale şi din când în când chiar mă retrăgeam în mijlocul actului şi mă duceam să mă culc. Trăiam stări de fericire, bună dispoziţie şi mulţumire. De asemenea, am încetat să mă mai gândesc la trecut şi să fac speculaţii despre viitor şi am devenit indiferent faţă de aceste aspecte până în ziua de azi.

Eliberarea de frica morţii

Fiecare a trăit experienţa fricii şi a anxietăţii în viaţă. Frica este un răspuns normal care include stările de nelinişte sau panică scoase la iveală de aşteptarea realistă a durerii, pericolului sau dezastrului.[1] De exemplu, dacă un hoţ intră în casa dumneavoastră şi vă cere sub ameninţarea armei să-i daţi toate lucrurile de valoare, inima dumneavoastră începe să bată mai repede, corpul începe să se agite şi tremure, transpiraţia apare pe frunte, sunteţi dezorientat şi speriat de moarte. Anxietatea este un sentiment iraţional şi copleşitor şi duce la percepţia distorsionată a realităţii. Adeseori este generată de o credinţă iraţională. Anxietatea morţii este definită ca fiind frica copleşitoare de moarte sau a morţii şi, de obicei, implică o frică chinuitoare referitoare la întrebarea dacă viaţa individului va continua să existe într-o formă sau un fel oarecare după moartea fizică. Ea include frica neînduplecată a morţii şi teama de necunoscut. Este cea mai mare temere a omului şi avem de a face cu ea zilnic, deşi majoritatea oamenilor o neagă. Reprimând-o, ei dau cale liberă multor boli fizice şi psihice. Mesajul acestei cărţi este că putem depăşi frica constantă a morţii prin trezirea spirituală şi o viaţă fără negări.

De aceea, eliberarea de anxietatea morţii necesită dovada a trei elemente ale vieţii de după moarte: un suflet care dăinuie, existenţa vieţii de după moarte şi Dumnezeu. Unicitatea acestei cărţi este că oferă această dovadă printr-o experienţă personală şi o confirmă prin diferite credinţe şi tradiţii. Este probabil ca anxietatea dumneavoastră faţă de moarte să fie eliminată până la momentul în care aţi terminat de citit această carte. Ultimul capitol prezintă *o metodă practică dovedită* pentru trezirea energiei spirituale în interior şi eliberarea de frica de moarte.

Un număr mare de cercetători din domeniul regresiei în vieţile trecute au arătat în mod convingător continuitatea existenţei înainte de naştere şi după moarte.[2] Aceasta confirmă ceea ce a spus Krishna în *Bhagavad-Gita*, cu aproximativ cinci mii de ani în urmă. Alţii, precum Gautam Buddha, Iisus Hristos, Pitagora, Confucius şi Zoroastru, au confirmat ulterior continuitatea existenţei. Motivul anxietăţii morţii este că oamenii sunt atât de ataşaţi de plăcerile fizice, încât nu au timp să mediteze să găsească ei înşişi dovada. Aceia care au practicat meditaţia au găsit dovada şi au înţeles fericirea existenţei în cunoaştere. Meditaţia oferă în ultimă instanţă experienţa morţii încă din timpul vieţii şi te eliberează de frica morţii odată pentru totdeauna. Oamenii moderni îşi găsesc refugiul în droguri şi distracţie, care oferă alinare doar pe termen scurt; dragonul fricii se arată din nou mai târziu în timpul vieţii. Soluţia permanentă vine doar prin trezirea energiei spirituale latente.

Nu numai că frica mea de moarte a dispărut, dar am descoperit că moartea este un joc plăcut care poate fi jucat oricând. Citându-l pe Sfântul Pavel, „Mor în fiecare zi". Frica de necunoscut nu mai există pentru mine, deoarece acum cunosc atât de bine viaţa de dincolo. În ultimii cincisprezece ani am ieşit din corpul meu fizic şi am explorat diferite tărâmuri. Tipul de viaţă pe care o veţi avea dincolo depinde de

evoluţia personală pe pământ. Deşi Dumnezeu este imposibil de definit, puteţi să-l experimentaţi, în funcţie de de intensitatea dorinţei pe care o aveţi. Oamenii l-au experimentat ca o atingere, ca o viziune, ca un sunet sau o lumină, şi ca o manifestare fizică a celor mai îndrăgite formulări ale lui. Experienţele mele personale sunt pe scurt detaliate în secţiunea următoare.

Realitatea de dincolo, văzută personal

La scurt timp după experienţa trezirii energiei Kundalini în 1987, am primit o primă cunoaştere a diferitelor subplane în astral. Am călătorit în aceste locuri de lumină şi am văzut condiţii de viaţă similare cu cele de pe pământ. O diferenţă era aceea că legile fizicii acolo nu aveau valabilitate. Oamenii trăiau în corpurile lor astrale, în aparenţă similare cu corpurile lor fizice de pe pământ. Câteodată mă găseam în dimensiuni mai înalte decât cea din astral fără un corp fizic. Existenţa mea era fie ca o minge de lumină sau pur şi simplu fără nici o dimensiune. Acolo nu era soare sau lună şi nici o umbră de nici un fel. Astfel de plane sunt regiuni spirituale care constituie trei sferturi din creaţie, în timp ce doar un sfert din creaţie are viaţă în cadrul unui sistem solar ca al nostru.[3] Le-am experimentat personal ca stări de conştiinţă fără formă. În timpul acestui proces, puteţi vedea visele care se formează în cele patru etape descrise de Jung şi alţii.[4] În etapa finală, aţi putea să vedeţi manifestarea unui Dumnezeu infinit în forma concretă care vă este cea mai potrivită.

Prin aceste experienţe, am primit dovada că sunt un suflet nemuritor care va trăi o viaţă de apoi folositoare şi fericită şi că am o asociere în iubire cu Dumnezeu. Nu mai este nevoie să spun că nu există loc pentru anxietatea morţii în viaţa mea

şi că privesc înainte la ziua când voi trece în partea cealaltă. Putem să ne alegem metoda proprie pentru a ajunge la o conştiinţă superioară. Totuşi, metoda recomandată este cea a Căii Integrale, prezentată în ultimul capitol al acestei cărţi – o cale care poate în cele din urmă să conducă la iluminarea spirituală.

Kundalini se ridică către trezire prin cele şapte chakre centrale (vortexuri de energie). În afara corpului călătoreşte către sferele superioare în timpul somnului, când chakra a treia, cunoscută sub numele de chakra Manipura sau chakra plexului solar, se trezeşte. Cunoaştem că dragostea necondiţionată este rezultatul trezirii chakrei a patra, Anahata sau chakra centrala a inimii. O cerinţă a primei legi a lui Moise este „să-ţi iubeşti vecinul", ceea ce nu facem în mod normal în viaţă. În momentul în care gândim că am putea să-l iubim, ne amintim de ziua în care vecinul nostru a făcut ceva pe care l-am judecat ca fiind greşit şi vom alege să nu-l iubim. Când chakra inimii se deschide, ne depăşim gândurile negative, înţelegerea şi compasiunea înlocuiesc gândurile prin care judecăm. Îţi iubeşti vecinul, indiferent ce ar fi făcut. Fericirea şi bucuria interioară sunt acum emoţiile tale şi un zâmbet plăcut îţi apare natural pe faţă. Devii indiferent la evenimentele trecătoare care te înconjoară.

Deschiderea chakrei Vishuddha, sau chakra centrală a gâtului, îţi dă puterea discursului clar şi eliberarea de boală. Acesta ese un motiv pentru care yoghinii arată mai tineri decât vârsta lor reală. Deschiderea chakrei a şasea, numită Ajna sau chakra dintre sprâncene, a celui de-al treilea ochi, însoţeşte experienţele de moarte a Eului. Eul se fragmentează în mii de bucăţi şi apoi urmează renaşterea spirituală. Fără Eu, precum copiii, sunteţi pregătiţi să intraţi în împărăţia lui Dumnezeu. Amintiţi-vă cuvintele Domnului Iisus Hristos, care a spus că numai aceia care sunt precum copiii pot intra în împărăţia lui Dumnezeu. Această împărăţie este în interiorul tău. Aici eşti

fericit în mod necondiţionat şi nepreocupat de evenimentele lumii materiale, deoarece ai găsit sursa de fericire nematerială şi permanentă. Duse sunt toate dependenţele de sursele temporare de plăcere şi distracţie, precum alcoolul, fumatul, sexul, câştigul la loterie, întâlnirile sociale, privitul la televizor, cumpărăturile sau călătoriile. Devii independent de lucrurile materiale şi trăieşti ca o persoană mulţumită şi împlinită, fără alte pretenţii. În acest mod trăieşte o persoană eliberată sau un yoghin.

O persoană care ajunge la acest nivel este cunoscută ca renăscută, după cum spunea Domnul Iisus Hristos. Renaşterea are loc când energia spirituală latentă se trezeşte. Corpul fizic primit la prima naştere este spiritualizat în cursul celei de-a doua naşteri. Odată cu cea de-a doua naştere, intrăm automat în împărăţia Cerurilor sau în dimensiunile superioare. Şapte este un principiu fundamental al universului şi un numitor comun în diverse credinţe şi tradiţii din întreaga lume. Conştiinţa umană are şapte nivele; universul este format din şapte dimensiuni sau plane. Suntem un suflet nemuritor, sau Atman, care trece prin stadii de ignoranţă, în ascensiunea noastră prin nivelele de conştiinţă. Sufletul are puteri paranormale. Oamenii de ştiinţă compară rezultatele acestor persoane cu obiectele cuantice. Putem alege diverse metode pentru a ne ridica conştiinţa la nivelurile superioare. O metodă verificată este trezirea Kundalini, energia spirituală latentă existentă în fiecare dintre noi.

CAPITOLUL 1

DOVADA ŞI MOTIVUL PLANULUI DIVIN

În ultimii douăzeci de ani am experimentat decorporalizarea şi am trecut prin diferite nivele de conştiinţă. Am călătorit către diverse dimensiuni superioare şi am comunicat cu alte suflete. Întotdeauna am fost intrigat de ideea de a vorbi conştient cu cineva care trăieşte într-o dimensiune superioară. Ocazia de a face asta a venit după ce tatăl meu a murit. În septembrie 1995, la trei ani după moartea lui, un prieten clarvăzător din Carolina de Nord m-a ajutat să iniţiez un contact cu el. Un spirit a vorbit pentru el, spunând că Ganga Singh (tatăl meu) nu era destul de puternic să îmi vorbească direct. Totuşi, ca asistent al locului unde tatăl meu se refăcea, s-a oferit că comunice cu mine şi să-mi transmită ceea ce tatăl meu spunea, în timp ce tatăl meu m-ar auzi direct.

Cu ajutorul acestui spirit ajutător, tatăl meu a descris un spital unde un mare număr de persoane se refăceau. După o lungă odihnă, piciorul lui rupt se repara şi curând va fi transferat într-o regiune cu lumină de vibraţie superioară. Se simţea

foarte relaxat. Voia ca eu să îndepărtez lucrurile lui din casa unde trăise, pentru ca atenţia să nu-i fie distrasă, şi a cerut ca toate rudele să se elibereze emoţional de el. L-am întrebat dacă a întâlnit-o pe bunica (mama lui) şi mi-a răspuns că aceasta se afla într-o dimensiune superioară unde putea să o vadă, dar că nu putea să meargă acolo direct. Dorea ca eu să-i spun soţiei lui (mamei mele) că era foarte bine şi că nimeni să nu-şi facă griji pentru el.

Apoi am discutat despre alte treburi de familie. Mi-am exprimat regretul de a nu fi alături de el când a părăsit această lume. I-a părut şi lui rău, îi lipseam şi dorea să mă îmbrăţişeze. Mi-a sugerat că ne-am putea întâlni într-un vis treizeci de zile mai târziu, dacă sunt de acord. Normal, am fost de acord. Exact treizeci de zile mai târziu, ne plimbam şi vorbeam împreună în visul meu.

Următoarea oportunitate de a-mi vizita tatăl a venit în iunie 2000, în casa prietenului meu din Carolina de Nord. În această viziune, cu puterile refăcute, tatăl meu mi-a vorbit direct, întâmpinându-mă cu o îmbrăţişare. O experienţă care m-a încântat, întrucât tatăl meu îmi vorbea acum direct şi nu prin intermediul altcuiva. Imediat, m-am prosternat să-i ating picioarele – un gest indian tradiţional de respect şi adoraţie. Spunându-mi că nu mai eram tată şi fiu, ci două suflete perechi, şi-a exprimat mândria cu privire la progresul meu şi s-a oferit să mă ghideze în căutările mele cu privire la cunoaşterea spirituală. Când l-am întrebat dacă îşi aminteşte de soţia sa, mi-a răspuns: „Care din ele?" Alte suflete i-au fost partenere în alte vieţi. Avea încredere în mine, mi-a destăinuit noul său mod de existenţă. În această existenţă, câteodată se simţea ca un nor. Putea să ia forma pe care o dorea; totuşi, nu simţea această nevoie. În acest loc, mâncatul şi băutul nu erau necesare. Era un tărâm de culori nepământene, cum nu mai văzuse niciodată. Întreaga atmosferă era atât de caldă şi

primitoare, încât era dincolo de posibilitatea limbajului pământean să o exprime. Pentru a se întâlni cu prietenii sau rudele era nevoie doar de un gând, dar de obicei se întâlnesc în grupuri. Câţiva profesori strălucitori şi liniştiţi veneau din când în când şi le ofereau lecţii.

Curios, l-am întrebat despre următoarea reîncarnare. Mi-a spus că nu luase încă o decizie. Conceptul de timp nu exista şi era fericit să înveţe şi să se bucure de noua lui viaţă. Trebuind să plece, m-a asigurat că pot să-l vizitez oricând doresc. Când l-am întrebat dacă vizita mea i-a provocat orice deranj, m-a reasigurat spunând: „Nu, câtuşi de puţin."

Prietenul meu medium mi-a sugerat că aş putea să vorbesc cu ghidul său spiritual, guru Kirpal, care se mutase de pe pământ cu câţiva ani în urmă. Guru Kirpal era acelaşi spirit care mă ajutase să comunic cu tata când el se refăcea. Cu altă ocazie, am avut o conversaţie de o oră cu guru Kirpal. Mi-a spus că el aparţinea doar planului mental. Mi-a explicat că sufletele planului mental, sau chiar de la un nivel mai înalt, au corpuri foarte subtile, câteodată vizualizate doar sub forma unei sclipiri de lumină. Se implică în dezvoltarea spirituală şi sunt profesori care fac vizite oricând ajutorul le este solicitat.

După ce m-am convins că pot conversa ca suflet cu tatăl meu în planul astral şi cu guru Kirpal în planul mental, pasul următor, natural, a fost să caut alte dimensiuni ale existenţei şi nivele de conştiinţă sau ceea ce eu numesc nivele de pregătire.

Proprietăţile sufletului

Termenul de *suflet* este bine definit în dicţionarul Oxford ca fiind partea nonmaterială a unei persoane, despre care se crede că există veşnic. În lexiconul Webster, este definit ca o entitate fără realitate materială, adeseori privit ca fiind partea

spirituală a unei persoane. Combinând aceste definiţii cu experienţa personală, eu personal definesc *sufletul* ca fiind partea nonmaterială şi spirituală a unei persoane, care există veşnic.

Bhagavad Gita[1] povesteşte învăţăturile lui Krishna, transmise cu câteva milenii în urmă. Aici sufletul este caracterizat ca o entitate, care nu este nici născut şi nici nu moare. Sufletul nu devine fiinţă şi nu va deveni întru fiinţă. El este nenăscut, etern, veşnic, de la începuturi. Nu este distrus când corpul este ucis. Ca şi suflet încarnat, el trăieşte alături cu corpul terestru, de la copilărie spre tinereţe şi bătrâneţe. Altfel, trece într-un alt corp la moarte. O persoană în cunoştinţă de cauză nu este dezorientată de o astfel de schimbare. Aceia care sunt profeţi ai adevărului au dedus că corpul temporar sau material nu rezistă, dar că pentru suflet nu este nici o schimbare. Au dedus asta studiind natura amândurora. Nimeni nu este capabil să distrugă sufletul nepieritor. Precum o persoană care îşi pune o ghirlandă nouă o abandonează pe cea veche, sufletul acceptă un nou corp material, renunţând la cel mort. Sufletul nu poate fi niciodată tăiat de arme, nici ars în foc, nici udat cu apă, nici veştejit de vânt. El este veşnic, omniprezent şi etern neschimbat. Înţelegând asta, nu trebuie să ne întristăm pentru corp. Toate fiinţele sunt nemanifestate la începuturile lor, se manifestă în stările intermediare şi sunt din nou nemanifestate când îşi schimbă starea. Deci este aici nevoie de lamentaţii?

Când Krishna a vorbit despre adevărurile din Bhagavad Gita pe câmpul de luptă cu Mahabharata cu aproximativ cinci mii de ani în urmă, nu era pentru prima dată când aceste adevăruri se făceau auzite. Cu zeci de mii de ani în urmă, pe planeta Sun, înţeleptul Manu învăţa pe alţii principiile din Bhagavad Gita. Aceleaşi principii vor fi învăţate încă o dată cândva în viitor. Aldous Huxley a numit aceasta filosofia veşnică.[2] Pe măsură ce ies la iveală tot mai multe detalii despre constituţia sufletului, este o surpriză plăcută să vezi

psihologi, clarvăzători şi terapeuţi prin regresie temporară că, în mod independent, descoperă aceleaşi principii. Indiferent de formă, sufletul este o energie conştientă de sine, o entitate cu simţire şi amintiri, situaţii nerezolvate şi un simţ al umorului.[3] Are mai multă forţă decât spaţiul, este mai puternic decât timpul, mai profund decât marea şi mai sus decât stelele.[4]

Călătoria este un aspect important al sufletului. El este conectat de corp printr-un fir de argint care se întinde la lungimi nelimitate când sufletul explorează. Firul este eliberat numai în momentul morţii fizice. Cei treziţi controlează călătoria sufletului în afara corpului sau înapoi în corp. Deşi experienţele de călătorie ale sufletului au loc în principal în timpul somnului, sufletul iese de asemenea din corp pentru mici călătorii în timpul orelor de veghe, deşi poate nu suntem conştienţi de aceasta. Iată câteva din semnele care indică experienţe de decorporalizare:

1. Vise ale zborului care par reale
2. Vise de vizitare ale celor dragi decedaţi
3. Vise de a fi aproape de cineva drag care trăieşte într-un loc îndepărtat, cu sentimentul trist al unei separări forţate la trezire
4. Vise din care te trezeşti în mijlocul nopţii, dar nu poţi deschide ochii, mişca corpul sau vorbi
5. Vise din care te trezeşti agitat în mijlocul nopţii, deşi te culci înapoi după ce te-ai trezit.

Există scurte momente când sufletul iese afară din corp în timp ce eşti treaz. Aceasta se întâmplă în timpul stărilor emoţionale intense, precum grija pentru o persoană dragă care este bolnavă, dorinţa de a fi cu cineva iubit care este departe, dorul de casă, dorinţa de a veghea asupra copiilor, preocuparea

cu privire la responsabilităţile în ceea ce priveşte progresul altcuiva. Te poţi simţi ca şi cum visezi cu ochii deschişi sau golit. În timpul unei astfel de experienţe, poţi săruta sau îmbrăţişa pe cineva, persoana nu va şti aceasta în mod conştient, dar va avea sentimentul că este iubit. De multe ori, poţi simţi că cineva te strigă pe nume; de fapt, un suflet este în preajmă şi te cheamă, dar tu nu poţi vedea pe nimeni. Există o barieră în mintea conştientă care nu ne permite să ştim tot ceea ce sufletul cunoaşte. De accea, când sufletul iese afară, mintea se goleşte. Sufletul i-a vizitat pe cei dragi, dar mintea conştientă nu a fost conştientă de acest lucru. Sufletul foloseşte corpul şi mintea pentru experienţele încarnării curente. Corpul şi mintea sunt limitate la cele cinci simţuri, dar nu şi sufletul. Gary Zukav discută că pe măsură ce noi evoluăm spiritual, percepţia noastră intuitivă de asemenea evoluează şi devenim fiinţe multisenzoriale.[5]

Deşi visele în timpul cărora sufletul călătoreşte pot apărea în mod spontan, anumiţi oameni au învăţat să şi le inducă. Starea de somn este o modalitate de a avea o experienţă de extracorporalizare, dar nu este şi singura. Terril Wilson descrie metoda sa de a produce acest efect în mod conştient.[6] Primul său succes a venit după un an de practică în stare de concentrare. Vizualizând împrejurimile şi istoria unei zone, el putea ajunge la destinaţia pe care o dorea. De-a lungul anilor, sufletul său a călătorit prin multe tărâmuri şi a interacţionat cu alte fiinţe. De-a lungul timpului, el şi-a îmbunătăţit formulele pentru a călători şi le-a inclus în cărţile sale. La sfârşit, totuşi, el subliniază că trezirea spirituală şi nu călătoria sufletului ne vor duce acolo unde ne este destinat să fim.

Există şi alte situaţii când are loc călătoria sufletului. Dacă mergi la culcare cu o problemă nerezolvată în minte, sufletul poate să iasă din corp şi să întâlnească alte suflete pentru a găsi soluţia – şi te trezeşti cu un răspuns. Nu ştii în mod conştient

tema făcută de către suflet, dar eşti fericit pentru informaţie. Sufletul vorbeşte în mod regulat cu ghizii spirituali. Când fizic este imposibil să-ţi iei o vacanţă, sufletul poate călători în afara corpului şi să viziteze câteva locuri frumoase, precum grădina favorită sau o pajişte de munte. Te trezeşti cu un zâmbet, refăcut, dar neştiutor de darul făcut de către suflet.

Robert A. Monroe a fondat un institut pentru călătoria sufletului în Statele Unite, după ce a scris câteva cărţi despre acest subiect. În aceste cărţi, el descrie trei tehnici. Prima este cu mintea trează şi corpul care doarme, în care rămâi conştient când corpul merge să doarmă. Când cineva intră pe nesimţite în zona crepusculară dintre trezire şi adormire, sufletul devine mai uşor, tot mai uşor, iar în final iese în afara corpului prin creştetul capului, devenind un corp subtil care se uită înapoi la corpul fizic. A doua metodă este prin rotaţie, în care cineva se vizualizează rotindu-se fără a se folosi de mâinile şi picioarele fizice, în perioada dintre trezire şi adormire, apoi se gândeşte că pluteşte afară din corp. Cea de-a treia metodă foloseşte energia sexuală pentru a produce energie pasională şi apoi sublimează această energie în loc de a o elibera în planul fizic. Se imaginează această energie ca o sferă albă care se ridică de la chakra inferioară către chakra dintre sprâncene sau chakra coroanei, care apoi iese afară din corp. În timpul călătoriei sufletului, poţi încerca multe senzaţii, precum ţiuituri sau tremurături. Fiecare va experimenta stilul său propriu.

Crearea sufletului

Deşi momentul naşterii unui suflet nu poate fi descoperit, câţiva cred că acesta a fost cu cincisprezece miliarde de ani în urmă. Mulţi autori se referă de asemenea la sufletele vechi şi noi, susţinând că sufletele în vârstă au trăit multe vieţi, câştigând

înţelepciune în această evoluţie, în timp ce sufletele tinere de-abia păşesc pe drumul înţelepciunii. Sufletele vechi îşi lasă corpurile imediat după ce corpul fizic moare. Sufletele de vârstă medie nu fac asta imediat, iar sufletele tinere pot rămâne legate de mediul pământean un timp, după moartea corpului fizic.[7] Suflete cu vârstă astrală foarte mare trăiesc adesea pe pământ în circumstanţe umile. O diversitate bogată de credinţe şi mulţumirea în singurătate sunt măsuri ale maturităţii emoţionale şi spirituale a sufletului. Sufletele noi, pe de altă parte, se crede că trec printr-un proces de continuă creaţie.

În tradiţia spirituală orientală a iluminării a maeştrilor guru indieni şi preoţilor lama tibetani, sufletul nu a fost niciodată născut şi niciodată nu moare. Energia sa este în aceeaşi stare infinită precum conştiinţa cosmică sau Dumnezeu. Toate care există sau vor exista au apărut în acelaşi moment universal. Ori de câte ori bărbaţi şi femei treziţi din Occident au scris despre această temă, părerile lor par să fie în acord cu cele ale omologilor din Orient.

Există doar două căi de a vedea experienţa sufletului. Deoarece posibilităţile sunt infinite, ambele căi pot fi corecte în cadrul spiritual al acelora care trăiesc experienţa. Credinţele noastre sau modurile noastre de înţelegere vor condiţiona experienţa. Pentru a ne descurca cu conceptul de infinitate, se poate să fim nevoiţi să creăm experienţa naşterii pentru a ne oferi un punct de referinţă care este mai aproape de modul nostru de înţelegere al ceea ce există în timpul şi spaţiul fizic.

Terapeutul prin regresie în vieţile anterioare Michael Newton a regresat un număr de persoane folosind hipnoza pentru a strânge informaţii cu privire la creaţia sufletelor. Două categorii de pacienţi au spus că-şi amintesc de o „pepinieră de suflete", completată cu incubatoare de mame care ajută la incubarea ouălor şi au grijă de sufletele nou născute. Creşa este un spaţiu vast de vapori, curenţi de vapori

turbionari pătrunşi de lumină puternică. Producerea sufletelor este iniţial o masă topită de vitalitate foarte înaltă, energizată de o incredibilă forţă de iubire. Masa roză pulsatorie şi ondulatorie se umflă la mijloc, îşi măreşte dimensiunea, iese în afară şi se separă ca un nou suflet. Plin de viaţă, cu energie şi unic, este născut. Noile suflete sunt mase distincte de energie albă, învelite într-o lumină aurie, care alunecă majestuos într-o avansare ordonată. Incubatoarele de mame le primesc în procesul de transfer şi le cresc în unităţile incubatoarelor până când acestea sunt pregătite. Aici este un tărâm al iubirii şi frumuseţii ornat cu iluminări fericite de portocaliu-galben deschis, cu scăpări de un infinit violet dedesubt. Fiecare suflet are caracteristici unice inoculate cu o perfecţiune care nu poate fi descrisă. Nu există două suflete la fel.

Planul divin

Creaţia oferă sufletului o oportunitate să transforme lumea şi să se dezvolte până la potenţialul maxim posibil. Un număr nelimitat de vieţi îi sunt permise fiecărui suflet pentru a participa la şcoala pământeană. Perfecţiunea deja există, dar fiecare suflet trebuie să ajungă la această realizare a perfecţionării individuale. Perfecţiunea necesită sufletului să treacă printr-o varietate de „experienţe pământene", până când realizarea Sinelui este realizată.

Un suflet poate să se nască ca bărbat sau femeie într-o serie de vieţi, cum este în prezent Dalai Lama la cea de-a treisprezecea reîncarnare sau în prezent Guruma din Sonepat (India), în cea de-a şasea reîncarnare consecutivă ca o femeie sfântă. Cercetătorul vieţilor trecute Joan Grant şi-a reamintit cele şapte vieţi anterioare, patru trăite ca bărbat şi trei ca femeie.[8] Sufletul alternează între încarnările de bărbat şi femeie

pentru a experimenta ambele aspecte ale vieţii, până când un echilibru între natura masculină şi feminină este realizată. Acesta este scopul procesului de evoluţie pe pământ, promovate de diferite credinţe şi tradiţii. Ardhanareeshwara, figura jumătate bărbat, jumătate femeie a lui Shiva din India, hermafroditul în iudaism şi gnosticism şi zeii/zeiţele androgini din mitologia greacă, toţi arată spre această realitate. Regele David din Vechiul Testament este un bun exemplu. Rebeliunea fiului său l-a dat jos de pe tron. David a luptat şi şi-a ucis fiul, dând dovadă de energia sa masculină. Dar apoi a plâns pentru multe zile, jelind după fiul său pierdut, dând dovadă de energia sa feminină. Dacă consilierul său credincios nu ar fi oprit excesiva jale a lui David, echilibrul regelui – şi bătălia – ar fi fost pierdute. Totuşi ar trebui să ne străduim să devenim în mod egal intelectuali şi intuitivi pentru a ajunge la acest echilibru.

De asemenea, un suflet se naşte uneori ca o persoană săracă, alteori ca o persoană bogată, pentru a experimenta ambele situaţii şi, în cele din urmă, să ajungă la un echilibru. Uneori cineva se naşte ca un opresor, alteori ca un om sărac. Uneori cineva se naşte în Occident, alteori în Orient. Buddha a dat exemplul unui instrument muzical cu corzi. Dacă acestea sunt prea strânse sau prea slăbite, instrumentul nu va produce sunete melodioase. Când o tensiune echilibrată este generată în corzi, o situaţie armonioasă este creată. Acest principiu se aplică de asemenea vieţii oamenilor. În cadrul planului divin, sufletului i se oferă toate oportunităţile posibile pentru a atinge acest echilibru. Ori de câte ori un astfel de echilibru este atins, sufletul absolvă şcoala pământeană. În anii rămaşi dintr-o astfel de viaţă, o persoană trăieşte fără dorinţe sau legături pământene, fericit şi mulţumit, nelegat de trecut, fără a specula despre viitor şi lipsit de grijă cu privire la prezent.

Niveluri de trezire

Luând ca analogie aparentul design cosmic în baza cifrei şapte, alţi scriitori au propus că există şapte nivele majore, crezând că universul are un profil semirotund, cele şapte culori ale sale corespunzând la şapte nivele. Aceste şapte nivele sunt în legătură cu şapte împărăţii care cresc cumulativ în putere, începând cu lumină şi terminând cu oamenii. Cifra şapte apare în acorduri în cele şapte note fundamentale ale muzicii occidentale. Muzica indiană are de asemenea şapte note de bază. Există şapte culori în curcubeu. Elementele atomice sunt aranjate în cele şapte straturi în tabelul elementelor periodice. În Cabala, şapte *sefiroth* corespund celor şapte niveluri ale substanţei. În metafizică, există şapte chakre majore. Cercetătorii moderni ai creierului şi ai nivelurilor de conştiinţă folosesc o interpretare simbolică pe şapte nivele. Un cercetător a spus: „Dacă structurarea pe cifra şapte este o proprietate cosmică, atunci ar putea reprezenta o limitare impusă de modelul creaţiei în generarea realităţii spaţio-temporare." Fizicienii au de asemenea ceva nou de spus în legătură cu modelul creaţiei şi indivizii care explorează alte dimensiuni ne pot da alte indicii.

Eu personal sunt de acord cu afirmaţia că structurarea în baza cifrei şapte este o proprietate cosmică şi că un model al creaţiei impune o limitare în generarea realităţii spaţio-temporale. Am dat detalii în altă parte în ceea ce priveşte cele şapte nivele ale transformării prin deschiderea tuturor celor şapte chakre, după trecerea Kundalini.[9] Sri Aurobindo a declarat că *purusha* există la toate nivelele de existenţă. Purusha înseamnă energie masculină şi inteligenţă. El este echilibrat de către *prakriti*, energia feminină sau emoţională. Toate fiinţele conţin purusha şi prakriti, ca şi potenţialul de a le aduce la armonie. Prin meditaţie, se poate călători la variate nivele de existenţă

în corpul astral, cu îngerii sau ghizii de lumină (vezi, de exemplu, cazul recent al lui Echo Bodine[10]).

Proprietăţile sufletului la cele şapte nivele pot fi descrise după cum urmează:

Nivelul 1: Timpul inconştienţei şi al karmei este începutul, când suntem preocupaţi de supravieţuire. Trăind în frică, suntem ignoranţi faţă de legăturile care există între toate fiinţele vii. Oamenii de la acest nivel îşi ignoră vocea interioară, nu înţeleg legea karmei, se tem de o putere din afara lor şi acţionează într-un mod egoist, făcându-şi griji cu privire la recunoaşterea lor. Dragostea, în sensul spiritual, nu s-a trezit încă în ei.

Nivelul 2: Conştiinţa aici este similară nivelului 1, dar oamenii au început să se iubească, sunt mai puţin preocupaţi de sine şi mai puţin temători. Ceilalţi sunt separaţi de ei. Deşi ocazional se întorc la vechile obiceiuri, inimile lor sunt deschise către ceilalţi.

Nivelul 3: La acest nivel se dezvoltă credinţa în spiritualitate; credinţa în unitate depăşeşte credinţa în separaţie. Înţelegând cauzele şi efectele, (ceea ce trimitem este ceea ce primim înapoi), ei îşi acceptă responsabilităţile şi legea karmei. Câţiva urmează o cale spirituală cu un mod de înţelegere spiritual şi toţi fac paşi în direcţia pozitivă către un sistem de credinţe mai generos. Ei riscă, fiind deschişi emoţional, şi înţeleg similarităţile dintre ei înşişi şi alţii.

Nivelul 4: La acest nivel, unii încă mai au de echilibrat karma şi lecţii de învăţat prin încarnări viitoare. Trăind diferite vieţi, îndurând timpurile dificile de la nivelele 1, 2 şi 3, ei se deschid către o înţelegere superioară a realităţii. Sunt iscoditori, se integrează în organizaţii de natură metafizică sau spirituală şi încep să caute adevărul.

Bătălia dintre dependenţele fizice şi valorile spirituale este semnul nivelului 4. Revenirea din dependenţe are loc la acest nivel. Lipsa de permanenţă a lumii fizice este realizată şi detaşarea apare. Ei se bucură de lecţiile pe care le-au învăţat şi de valorile la care au revenit. Întâmpină viaţa cu o inimă deschisă şi asta poate fi independent de o religie organizată. Rănile şi durerile lor se vindecă, actele negative sunt îndreptate, responsabilităţile sunt asumate şi se dezvoltă un interes pentru evoluţia spirituală. Multe suflete la acest nivel pot să treacă la nivelul 5 sau aleg să coboare înapoi pe pământ şi să-şi ajute semenii. Aceştia sunt îngerii sau avatarii.

Nivelul 5: Ne mai crezând în nevoia de efort sau conflict, sufletele nivelului 5 nu mai sunt fascinate să se reîntoarcă pe pământ. La acest nivel, este manifestă realizarea unicităţii cu Dumnezeu şi întreaga creaţie. Nivelul 5 este începutul Nirvana. Sufletul, când se integrează la acest nivel, nu mai este necesar să se mai încarneze, deşi opţiunea rămâne. Aici sufletele nu mai trăiesc experienţa durerii sau resentimentului, nici nu-l blamează pe Dumnezeu pentru creaţie. Dragostea necondiţionată este caracteristica acestui nivel. Aici sufletele sunt profesori şi ghizi. Karma lor a luat sfârşit, iar credinţele negative sunt eliminate. Ei sunt îngerii.

Nivelul 6: Acesta este nivelul beatitudinii şi nu poate fi evaluat cu unităţile de măsură pământene. Sufletele la acest nivel au depăşit conştiinţa limitată şi în curând intră în nivelul 7.

Nivelul 7: Acesta este nivelul conştiinţei universale.

CAPITOLUL 3

PROCESUL MORŢII, MOARTEA ŞI VIAŢA DE APOI

Dificultatea procesului morţii este proporţională cu nivelul de ataşament la lumea fizică. Invers, uşurinţa în procesul morţii este proporţională cu evoluţia spirituală a persoanei. O echipă de suport ghidează sufletul după moartea fizică într-un loc unde acesta trăieşte cu alţii în forme astrale şi se pregătesc pentru reîncarnare. Un individ cu energia spirituală, sau Kundalini, trezită depăşeşte acest loc şi este automat plasat într-o dimensiune unde creşte în continuare spre Dumnezeu. Terapeuţii prin regresia spre vieţile trecute ne spun ce au văzut subiecţii lor sau cazurile de studiu, în timp ce yoghinii ne spun ceea ce au văzut ei înşişi. Conform cu regresionistul Newton, „Oamenii sunt reprezentaţi în aceste cazuri, sunt mesagerii reali ai speranţei pentru viitor, nu reporterul."[1] El adimite în mod corect limitele terapiei cu oamenii care încă se încarnează. Pentru a obţine informaţii din dimensiunile de deasupra

planului astral, cineva trebuie să fie în legătură cu suflete care au rupt lanţul reîncarnării sau să fie un yoghin. Aici Kundalini apare în peisaj. Un practicant cu un Kundalini trezit este capabil să-şi conecteze Sinele cu dimensiunile superioare.

Mulţi oameni au învăţat despre lipsa de semnificaţie a vieţii, pe de o parte, şi dobândesc cunoaştere de dincolo, pe de altă parte. Cunoscând semnificaţia existenţei vieţii după moarte, este normal ca frica de moarte să dispară. Prin metafizică, yoga, meditaţie sau alte mijloace, indivizii din lume şi-au trezit energia spirituală care dormita. Cu această trezire, au experimentat moartea în timp ce sunt încă în viaţă. Ca rezultat, frica lor de moartea fizică a dispărut pentru totdeauna. Ca o consecinţă naturală a acestei treziri, oamenii au găsit cunoaşterea vieţii de după moarte, precum şi existenţa altor planuri ale realităţii.

Moartea corpului fizic

În planul fizic, noi avem un corp fizic şi un corp eteric. Deşi corpul eteric este similar cu cel fizic, nu este limitat de aceleaşi constrângeri fizice. Corpul fizic (*sthool sharira*) este format din elemente solide, lichide şi gazoase, cele trei componente compacte ale lumii fizice. În consecinţă, corpul fizic are oase, sânge şi gaze corespunzând acestor trei elemente. Corpul eteric este format din patru tipuri de eter (elementele akashice), care sunt mai subtile decât cele trei elemenete ale corpului fizic. Rolul dublurii eterice (*pranamaya kosh* sau *chhaya sharira*) este de a primi energia luminii de la soare şi de a o trece către sistemul nervos ca hrană. Oamenii trăiesc prin această energie.

Sufletul este înconjurat de corpurile cauzal, mental, astral, fizic şi eteric. La momentul morţii, sufletul, sau Atman, este

eliberat de două din corpurile sale – corpul fizic şi cel eteric. Corpul eteric nu poate în mod normal să fie văzut, dar clarvăzătorii sau yoghinii, cu ochiul lor divin, îl pot vedea. Este compus din infinite puncte de lumină strălucitoare. Cele şapte centre de energie numite chakre pot fi văzute strălucind în partea sa centrală. Nu este o mai mare autentică dovadă decât corpul eteric cu cele şapte chakre ale sale, pe care cu toţii le avem, pentru a arăta realitatea lui Kundalini, care trece prin aceste chakre în timpul trezirii. Corpul eteric planează în jurul corpului fizic timp de aproximativ douăsprezece zile după moarte înainte să-l părăsească. Acesta este un motiv pentru care hinduşii celebrează a douăsprezecea şi a şaptesprezecea zi după moartea cuiva într-un mod spiritual, pentru a ajuta eliberarea corpului eteric. Corpurile eterice au fost văzute zăbovind în jurul mormântului timp de câteva zile.

Moartea poate fi înceată şi înfricoşătoare sau un proces rapid şi frumos. De la început, părţile mai slabe ale corpului se închid primele. Energia vieţii stocată de către corpul eteric se mişcă ascendent de la picioare către cap. Părţi ale corpului încetează să funcţioneze una câte una. Otrava din sânge începe să-şi arate efectele, deoarece energia vieţii pe care o păstra ca rezervă îl părăseşte. Dacă sufletul/Atman nu doreşte să părăsească corpul fizic datorită ataşamentului, se poate suferi în moduri ciudate. O rudă apropiată s-a plâns că a fost muşcată de scorpioni şi şerpi, suferind timp de aproape o oră. Spunea că vrea să moară, dar nu i s-a permis. Moartea unei persoane mai în vârstă poate fi relativ simplă şi confortabilă când aceştia au înţeles iluzia vieţii. Poate că au învins cei cinci inamici (lăcomia, pasiunea, furia, ataşamentul şi eul) într-o oarecare măsură. Yoghinii care au experimentat deja moartea în meditaţie îşi lasă în mod rapid corpurile. Totuşi, pentru omul obişnuit, otrava începe să se împrăştie şi o stare de comă se apropie.

În starea de comă, zona crepusculară a semi-conştiinţei, o persoană îşi poate vedea întreaga viaţă trecând pe dinainte, inclusiv evenimente înapoi în timp din fragedă copilărie. În acest punct, sufletul îşi este propriul judecător. Judecata întotdeauna a fost o judecată a ta însuţi. Poţi simţi fericire şi beatitudine corespunzătoare cu faptele sfinţilor şi durere corespunzând faptelor vătămătoare. Se poate să fii într-o stare clară de conştiinţă, indiferent de condiţiile mentale din timpul vieţii, şi o decizie privind viitoarele vieţi poate fi făcută. Oricum nu este necesar dacă te separi de corpul astral şi oricum gândurile şi sentimentele finale rămân. În mod similar vieţii pământene, persoana îşi găseşte casa în subdiviziunea adecvată a planului astral, care se găseşte în apropierea planului fizic. Îngerii sau fiinţele pure din dimensiunile superioare sunt cunoscute că ajută pe aceia care sosesc pentru viaţa următoare, în concordanţă cu echilibrul karmei – o lege perfectă şi fără nici o fisură a naturii sau a Lui Dumnezeu. Un yoghin sau o persoană care are Kundalini trezit sare peste acest nivel, deoarece el sau ea şi-au văzut deja viitoarea viaţă într-o dimensiune superioară, în stare de meditaţie.

După ce vede acest „film" al vieţii persoanei, corpul astral (*sukshma sharira*) alunecă din corpul fizic. Poarta de detaşare a corpului astral este prin coroana centrală pentru aceia care au cucerit cei cinci inamici – lăcomia, pasiunea, furia, ataşamentul şi eul. Pentru alţii pot exista diferite porţi de ieşire. Corpul astral este legat de corpul fizic printr-un cordon de argint. Acest cordon de argint devine din ce în ce mai subţire şi, în final, se separă complet în momentul morţii. În stare de somn, când corpul astral călătoreşte în planurile astrale, este întotdeauna legat de corpul fizic prin acest cordon de argint, a cărui lungime este infinită.

Caracteristicile vieţii în afara corpului fizic

Au fost publicate câteva cărţi despre experienţele extracorporale, în baza unor cercetări şi experienţe personale.[2] Robert Monroe şi dr. Ian Stevenson sunt doi cunoscuţi autori despre acest subiect. Monroe şi Stevenson au întreprins sute de experimente pe ei înşişi şi cu alţii pentru a studia viaţa în afara corpului fizic. Cercetările lor arată că atunci când individul este în afara corpului fizic, apar sentimentele de libertate şi fericire necondiţionată. De fapt, unii pot să nu mai dorească să se întoarcă în corpul fizic. După Monroe, această experienţă poate avea loc ca bărbat sau femeie. Unui anumit bărbat întotdeauna îi plăcea să fie femeie ori de câte ori ieşea din corpul fizic.

Experienţe de moarte clinică

Există oameni care par să fi murit sau sunt aproape de moarte şi apoi îşi revin la viaţă. În multe cazuri, se întâmplă în spitale pe masa de operaţii, sub anestezie generală. Oamenii descriu fenomene similare cu experienţele misticilor. Termenul de „moarte clinică" a fost introdus de dr. Raymond Moody, care, în cartea sa *Viaţa de după moarte*, face aluzie la o „entitate" care supravieţuieşte morţii fizice. De asemenea, descrierile lui Ellen Guiley despre viaţa de după moarte, oferite de cei care au trăit asemenea experienţe, includ următoarele:

> Senzaţia de a fi mort sau sentimentul că plutesc deasupra propriului corp, fără durere, sentimentul de beatitudine sau pace. Parcurgerea în jos a unui tunel negru către lumina de la capăt; întâlnirea cu fiinţe nemateriale care strălucesc, dintre care mulţi sunt prieteni morţi sau rude;

> intrarea în contact cu un ghid sau o Fiinţă Supremă care-i ia într-un tur al propriei vieţi, în timpul căruia întreaga lor viaţă este expusă fără a oferi judecăţi negative; şi în final, întoarcerea nedorită la viaţa pământeană.[3]

Deşi la acest moment nu există o dovadă ştiinţifică al experienţelor de moarte clinică, există suficient material anecdotic pentru a le susţine. Se cunosc nenumărate cazuri în care raportul morţii clinice detaliază operaţiile realizate pe corpurile lor şi conversaţii pe care le-au auzit în alte locaţii din spital în timp ce aparent erau în afara corpului fizic. Cei mai mulţi dintre aceşti indivizi şi-au pierdut frica de moarte şi au început să creadă în viaţa de apoi. Mulţi dintre ei au devenit mai spirituali şi au început să creadă în Dumnezeu. Anumiţi oameni dobândesc o intuiţie sporită sau abilităţi psihice. Concepţia lor este atât de schimbată încât mulţi dintre ei găsesc dificil să se readapteze la viaţa de dinainte. Anumiţi filosofi teoretizează că experienţele de moarte clinică sunt o deschidere către iluminare sau o poartă către o conştiinţă superioară. Cineva îşi poate imagina transformarea prin care trec yoghinii care parcurg experienţa morţii ori de câte ori sunt în meditaţie profundă sau transă, sau în timpul călătoriei sufletului în vise.

Comunicări recente cu rudele apropiate

Jasper Swain, un judecător din Pietermaritzburg, Africa de Sud, a avut discuţii regulate cu fiul său, care a murit într-un accident. Descrierea lui Mike, fiul decedat al judecătorului:

> După cum am spus, aici este un altruism puternic care te înconjoară. De exemplu, dacă doresc să am un Jaguar nou-nouţ, tot ceea ce trebuie să fac este să vizualizez maşina în mintea mea, iar aceasta este creată chiar în faţa ochilor mei din energia acestei lumi.[4]

După Mike, dacă doi oameni sunt la mare distanţă unul de celălalt şi doresc să se întâlnească, soluţia naturală este telepatia. Gândeşte-te la prietenul căruia doreşti să-i vorbeşti, şi gata! El este chiar aici. Ei intră în legătură unul cu celălalt la fel de uşor cum noi folosim telefonul – cu excepţia faptului că ei nu au nevoie de un telefon. Dacă cineva doreşte să-ţi vorbească, îl auzi în mintea ta. Dacă doreşti să te vezi cu cineva, este suficient să-ţi exprimi voinţa şi ajungi la locul dorit! Totul pare să fie perfect. Corpurile niciodată nu obosesc. Boala şi maladiile nu există. După Mike, este o lume perfectă. Sufletul care trăieşte în corpurile noastre funcţionează ca un sistem de impulsuri electrice. Noul Testament admite că personalitatea umană trece dincolo de bariera morţii. Însuşi Domnul Iisus şi-a arătat corpul eteric discipolilor săi. Le-a arătat chiar şi găurile făcute de cuie în palmele sale. Cu alte cuvinte, el şi-a recreat corpul pământean din materia etherică, din impulsurile electrice care au activat corpul din carne şi sânge. Fiind un maestru, i s-a permis să facă acest lucru, pentru că un maestru care primeşte lumină are pe pământ întregul control al tuturor nivelurilor de energie pe care le poate folosi în voie.

Continuând descrierea corpului pe care acum îl are, Mike a spus:

> Există o diferenţă notabilă între „eul" care trăieşte în această lume şi „eul" care trăieşte în lumea voastră! Corpul meu nu are nevoie de hrană sau să bea pentru a putea funcţiona; nici nu are nevoie de somn pentru a se reface. Nu există organe de excreţie în corpurile noastre. De exemplu, când beau un pahar cu apă, acesta se difuzează singur, pretutindeni în sistemul meu, şi asta e tot! Cu alte cuvinte, este convertit în energie.

Mike a descris diferite nivele de existenţă în dimensiunea lui. Unei persoane din nivelul inferior îi este foarte dificil, dacă nu imposibil, să acceadă la un nivel superior. Aceasta este datorită vibraţiei inferioare, în comparaţie cu vibraţiile fine ale planului superior. În mod similar, o persoană din nivelul superior poate coborî la un nivel inferior, dar nu va sta acolo pentru mult timp, deoarece curând vibraţia sa mai pură va începe să se simtă neconfortabil. Astfel telepatia, telekinezia, levitaţia, precogniţia, clarviziunea, materializarea obiectelor şi alte puteri ESP (percepţie extra-senzorială) sunt instrumente naturale ale planului astral. Uneori acestea se infiltrează în planul fizic şi se manifesră prin anumiţi oameni. Universitatea Duke din Carolina de Nord derulează studii despre aceste subiecte încă din 1920, sub direcţia profesorului J. B. Rhine, care a murit cu câţiva ani în urmă. Deşi aceste fenomene au fost reproduse în laborator, nu a fost posibil să li se construiască un model fizic sau matematic. Într-adevăr, se poate ca acest lucru să nu fie niciodată posibil, deoarece, pentru a face asta, trebuie să găseşti o cale să integrezi infinitul într-un cadru finit. Totuşi, aceste cercetări vă oferă o frântură sau savoare al planului astral în timp ce sunteţi încă în planul fizic. Şi, desigur, ne motivează să explorăm în continuare.

Aceia care-şi trăiesc viaţa precum yoghinii pot spune adio acestui plan fizic odată pentru totdeauna şi devin locuitori ai planului astral sau unuia superior din dimensiunile spirituale. Aici este fericire, sentimentul libertăţii şi nici o dorinţă de a te returna într-un corp fizic. Totuşi, o inteligenţă veghează asupra lor şi-i dirijează să reintre în corpurile lor. Aceasta este valabil în special pentru aceia care au avut o experienţă de moarte clinică.

În dimensiunea astrală oamenii trăiesc în grupuri în corpurile lor astrale şi continuă să discute între ei despre vieţile lor pământene. Ei au libertatea să trăiască ca bărbat sau ca femeie.

Ori de câte ori o persoană este pe cale să moară pe pământ, toate grupurile de suflete din planul astral află despre asta printr-un canal direct, iar rudele apropiate şi prietenii se adună împrejur şi pot vorbi persoanei aflată pe patul de moarte. Înainte să ajungă la grupul propriu de suflete – putem să-i spunem „casa adevărată" a cuiva – sufletul trebuie, poate, să treacă printr-un fel de spital, unde se regenerează de boli sau răni. Totuşi, dacă cineva nu a avut nici o boală la moarte, acela soseşte direct în „casa adevărată". Aici, sufletele continuă să înveţe lecţii de la diverşi profesori până când sunt pregătiţi pentru următoarea lor reîncarnare.

Aici nu există conceptul de timp linear. Pedeapsa divină este bazată doar pe observaţie. Grupurile de suflete continuă să se reîncarneze pe pământ în diferite corpuri şi au între ei o varietate de relaţii. Călătoria de la un grup la altul este similară cu imigraţia pe pământ dintr-o ţară în alta, nu este întotdeauna uşoară sau simplă. Această concepţie este întărită de viziunea lui Sri Herald Klemp din Eckankar când spune:

> Există canale secundare (porţi) care leagă regiunile corespondente dintre planele astral şi fizic. De fapt, fiecare ţară în lume există astăzi datorită unei porţi spirituale între ea şi un loc corespondent din planul astral. Europa, Asia, India, Asia Mică, Africa, America de Nord şi de Sud, şi fiecare zonă de pe pământ au o poartă corespondentă.[5]

Rai şi Iad

Diviziunile inferioare ale planului astral sunt pentru oamenii care-şi creează propriul lor iad. Cu eforturi repetate şi mari dificultăţi, profesorii trag afară pe câţiva din închisoarea pe

care şi-au făcut-o. De exemplu, o femeie care şi-a ucis propria nora era atât de plină de milă faţă de sine şi se autocondamna într-atât, că nu-şi putea imagina realitatea fericirii. OBrian, un cercetător care lucrează cu grupuri mari şi organizează cursuri pentru a încuraja oamenii să-şi contacteze rudele care au decedat, a convins-o, a scos-o din lumea în care se închistase şi a ajutat-o să-şi reînceapă viaţa.[6] Aceasta este parte din evoluţia noastră naturală, iar sufletele capabile sunt întotdeauna dornice să-i ajute pe aceia care au nevoie de ajutor. Aceasta este în contradicţie cu tradiţia religiei, care spune că există iaduri de pedepsire unde oamenii păcătoşi suferă după moarte. Odată am vizitat grădina Tiger din Singapore, care are o secţiune importantă care arată condiţiile diverse în care cineva poate suferi în iad. În realitate, noi toţi permitem credinţelor noastre negative să creeze propriul nostru iad. Oamenii cu aceleaşi credinţe pot să se adune împreună şi să trăiască în condiţiile unui iad autocreat şi distribuit. Martinus, filosoful danez, afirmă:

> Această sferă este cunoscută în planul fizic ca „purgatoriu" şi, prin superstiţie, a fost numit „iad". Astfel, va exista cu certitudine o zonă dezagreabilă prin care trebuie să treacă după moarte toate fiinţele cu imperfecţiuni. Dar „focul etern" sau „damnarea veşnică", cu care imaginaţia primitivă s-a înzestrat, cu siguranţă nu există.[7]

Conform lui Martinus, individul soseşte aici cu misiunea de a învăţa să nu mai facă alte greşeli, să nu mai comită din nou sinucidere sau crimă. Poate fi neplăcut, dar este calea către viaţa perfectă şi o direcţie către Dumnezeu. El continuă să spună că această regiune este numai o mică parte din întreaga zonă spirituală, care de altfel este un ocean de lumină şi beatitudine – în cea mai profundă analiză, un loc al

binecuvântării divine. Cu aceasta în minte, nu poate fi nici o bază justificabilă pentru a jeli excesiv morţii prematuri sau plecarea către altă lume a prietenilor şi rudelor.

Oamenii cu gânduri nobile şi senine se găsesc în subdiviziunile superioare care au condiţii asemănătoare raiului, dar nu sunt de fapt raiuri. Aici, de asemenea, oamenii aflaţi pe acelaşi nivel de evoluţie pot să se grupeze împreună şi să trăiască într-o stare asemănătoare raiului. Raiul şi iadul au o realitate complet diferită faţă de ceea ce este proiectat de anumite religii. Aceasta este de asemena confirmată de experienţele sufletelor călătoare ale yoghinilor, precum Yogananda, Muktananda, Sivananda, şi mulţi alţii.[8]

Moartea accidentală şi sinuciderea

Aceste cazuri necesită o atenţie specială datorită creşterii frecvenţei lor în lume. Moartea subită este mult diferită faţă de moartea naturală. Oamenii care mor din cazua bătrâneţii sau boli de durată pot avea puterile slăbite şi mai puţin ataşament faţă de lume, ajungând într-o subdiviziune superioară a planului astral. În cazul morţii subite, persoana se poate să nu fie pregătită şi dorinţele lumeşti ale firii umane pot rămâne. Aceasta-i poate conduce într-o subdiviziune inferioară a planului astral.

Există două categorii de oameni în această categorie: aceia care trăiesc o viaţă curată şi generoasă şi aceia care trăiesc o viaţă egoistă plină de supărări şi autosatisfacţii. Aceia din prima categorie rămân adormiţi în pace până când, într-o bună zi, sunt treziţi de un suflet bun care le deschide drumul ascendent. Aceia din ce-a de-a doua categorie rămân în alertă maximă în această subdiviziune întunecată şi densă şi devin o sursă de probleme. Pentru satisfacerea dorinţelor animalice

nesatisfăcute pe care le au, ei devin furioşi, persoane nemiloase sau o persoană care este gata să facă orice pentru satisfacerea dorinţelor materialiste. Acestea stimulează sentimentele persoanei şi-l încurajează pe el sau ea să facă cele mai rele lucruri cu putinţă. Ei îşi asumă o formă dezgustătoare. Pot ademeni oamenii cu gânduri negative să facă lucruri vătămătoare. Totuşi, nu pot să influenţeze oamenii cu o bună morală şi caracter bun. Doar când cineva este purtat către un act înjositor, ei se pot dovedi dăunători. Astfel de spirite pot fi văzute în jurul zonelor de prostituţie, măcelăriilor şi barurilor.

Cercetătorul şi scriitorul A.P. Senate a observat că aceia care se sinucid – în special aceia care au plănuit suicidul de ceva timp şi au scena bine fixată în minte – pot repeta acest act timp de câţiva ani. Spiritul unei fete care s-a sinucis sărind în Tamisa a fost văzut repetând această tragedie timp de douăzeci de ani. Timpul şi metoda erau aceleaşi ca în suicidul originar.

Sinuciderea este un act care a fost în mod unanim descurajat de către toată lumea. Conform cu Sri Herald Klemp din Eckankar, „dacă te sinucizi, te voi bântui în viaţa următoare. Vei avea mai multe suferinţe ca niciodată."[9] Shri Shirdi Sai Baba a spus:

> Trebuie să savurezi fructul, bun sau rău, al acţiunilor tale trecute; dacă distracţia este incompletă, sinuciderea nu te va ajuta. Va trebui să treci printr-o nouă naştere şi să suferi din nou. Deci, în loc să îţi iei singur viaţa, de ce să nu suferi acum şi să termini stocul fructelor al semînţelor trecute şi să închei cu asta o dată pentru totdeauna?[10]

În cuvintele lui Leadbeater:

> Poziţia sinuciderii este complicată în plus de faptul că actul său imprudent a diminuat puterea eului de a retrage

partea sa inferioară în sine şi astfel s-a expus în plus la pericole variate; dar trebuie amintit că vina sinuciderii diferă considerabil în funcţie de circumstanţe, de la actul moral al nevinovăţiei lui Seneca şi Socrate, prin toate gradele în jos până la crimele atroce ale mizerabilului care-şi ia viaţa să scape de încurcăturile în care ticăloşiile l-au adus; iar situaţia de după moarte variază corespunzător. (11)

Opinia lui Martinus este următoarea:

Pentru individul care comite sinuciderea, neplăcerea este în plus crescută de teribila dezamăgire că moartea nu este, aşa cum el crezuse, o eliberare din dificultăţile sale. Din contră, pe lângă faptul că încă este complet conştient de ele, acum şi-a adus asupra-i suferinţa pe care va trebui s-o îndure într-o existenţă spirituală anormală cu perspectiva repetării acestor dificultăţi în următoarea sa viaţă fizică de pe pământ. El este martor astfel la faptul că nu poate să fugă de soarta sa. Cu cât ar fi luptat cu acele dificultăţi până când moartea survenea în mod natural, cu atât existenţa lui spirituală ar fi fost cel puţin mai normală şi mai puternică în următoarea viaţă terestră.[12]

Descurajarea sinuciderii este conformă cu învăţăturile din aproape toate religiile. Sfatul principal al sfinţilor este că omul trebuie să-şi trăiască viaţa până la sfârşitul ei natural şi să treacă prin suferinţa asociată cu această viaţă. Nimeni nu poate sta fără suferinţă, care este trăită ca o lecţie, prin comiterea unei sinucideri. Acela trebuie să se reîncarneze din nou în circumstanţe similare, până când lecţiile sunt învăţate. De aceea, mai puţină suferinţă se obţine cu decizia de a accepta şi echilibra acum o karma negativă.

Elementul permanent, sufletul, se încarnează pe pământ într-un corp fizic pentru a învăţa prin experienţe rezultatele acţiunilor sale negative şi a gândurilor evaluative. Totuşi, elementul temporar, eul, care are de-a face cu existenţa fenomenală a corpului fizic, a uitat misiunea sufletului de a parcurge lecţiile şi se revoltă sub circumstanţe adverse comiţând suicidul. La reîntoarcerea în dimensiunile superioare, sufletul realizează eroarea eului şi plănuieşte să se reîntoarcă pe pământ într-o altă încarnare pentru a termina lecţiile necesare. Este forma naturii că amnezia pune sufletul cu memoria sa în inconştient şi că individul trăieşte o viaţă condusă de către Eu. Rolul practicilor metafizice sau yoghine este de a aduce memoria sufletului la nivelul conştient. Există indicaţii că anumiţi indivizi pot reţine o memorie parţială a misiunii lor pe pământ. Această memorie îi va ajuta să coopereze cu misiunea sufletului lor.

CAPITOLUL 4

PLANUL ASTRAL

Planul fizic, pământul, este cel mai de jos plan al universului. Primul plan din dimensiunile superioare este planul astral. Regiunea astrală, vecinul imediat al planului nostru fizic este, după Leadbeater, cel de-al doilea dintre aceste planuri. Obiectele şi locuitorii planului astral sunt reali exact în acelaşi mod precum corpurile noastre, mobila noastră, casele noastre sau cum este reală lumea noastră – la fel de real precum Taj Mahal. „În sistemul nostru solar", pretinde el, „există lumi perfect definite, fiecare cu materia sa, de diferite grade de densitate. Câteva din aceste lumi pot fi vizitate şi observate de persoane care s-au calificat pentru această sarcină, exact precum o ţară străină poate fi vizitată şi observată."[1]

În cartea sa, Leadbeater descrie viaţa şi caracteristicile planului astral. După el, un plan astral are şapte subdiviziuni, fiecare cu un grad corespondent de materialitate sau densitate. Când vorbim unui suflet care se ridică de la un plan sau subplan la altul, noi nu ne gândim la asta ca la o mişcare în spaţiu, ci mai degrabă ca un transfer de conştiinţă de la un nivel la altul. O lume întreagă, cu peisajele şi locuitorii săi,

pare să se atenueze lent privirii, în timp ce alta, cu o structură superioară, apare în loc. Totuşi, există o dimensiune fizică pentru fiecare plan sau subplan.

> Materia tuturor subplanelor se găseşte aici la suprafaţa pământului, dar planul astral este mult mai larg decât cel fizic şi se extinde câteva mii de mile deasupra suprafeţei. Legea gravitaţiei acţionează asupra materiei astrale şi, dacă ar fi posibil să dispară în întregime, probabil ar fi găsită în puncte concentrice.[2]

În momentul separării corpului astral, în mod normal persoana adoarme. Acest somn poate dura de la câteva zile la câteva luni, în funcţie de condiţia fizică a persoanei înainte de moarte. Cineva care a fost bolnav poate să doarmă mai mult. Sufletele prietenilor morţi şi rudele cunosc dinainte momentul la care va muri persoana care urmează să moară şi de obicei se găsesc împrejurul persoanei la momentul morţii. Aceasta este confirmată în primul rând de tatăl meu, care a murit în septembrie 1992. El vedea prietenii din copilărie şi rudele în corpurile lor astrale în timpul ultimelor zile înainte să moară. Voluntarii însoţesc în dimensiunile superioare pe aceia care nu au un prieten sau o rudă. Există multe suflete acolo sus întotdeauna gata şi capabile să ajute un suflet care se întrupează – sau, din punctul lor de vedere, un suflet care soseşte.

La acest nivel, elementele grosiere ale dorinţelor se precipitează şi persoana în mod automat ajunge într-una din cele şapte subdiviziuni ale planului astral căruia îi corespunde, corespunzător cu ataşarea lor de planul material sau cu evoluţia. Aşa cum sunt şapte subdiviziuni ale planului astral (bhuvarlok), de la grosier la subtil, la fel judecăţile şi dorinţele unei persoane sunt separate de la cele mai grosiere (la exterior) la cele mai subtile (în interior). Controlul artificial al credinţelor

din timpul vieţii este acum eliminat şi indivizii apar în forma lor reală. Când somnul este întrerupt, ei se regăsesc în subdiviziunea planului astral care vibrează cu aceeaşi frecvenţă ca şi emoţiile şi dorinţele lor precipitate. Egoismul şi mintea îngustă sunt mai grosiere decât sentimentele subtile ale ajutorării altora. Astfel asistenţii sociali sau politicienii, care la exterior servesc pe alţii, dar la interior trăiesc o viaţă de oameni egoişti înguşti la minte, se vor găsi în cea de-a doua subdiviziune. Cineva stă acolo până când se va elibera de egoism şi vederi înguste, apoi se mişcă automat în subplanul trei sau patru. În viaţa fizică oamenii pot trăi într-o casă mare şi confortabilă, dar vederile lor înguste îi aduc în planul inferior al caracterului meschin. La fel, oamenii care trăiesc în lumea fizică într-o casă banală, dar care servesc umanitatea fără meschinărie, se vor găsi direct în cea de-a treia subdiviziune. Asta nu vrea să spună că averea în sine arată egoism sau îngustime ale valorilor. Filantropia a ajutat sau dăunat lumii, în funcţie de credinţele şi intenţiile care au generat acţiunea.

Cel mai de jos sau prima subdiviziune poate să corespundă oamenilor cei mai egoişti sau brutali, care au comis crime odioase. Deoarece cine se aseamănă se adună, acesta este planul pentru astfel de oameni care trăiesc în mentalitatea lor îngustă şi egoistă. Astfel domină o atmosferă ursuză şi poate fi o aproximaţie de iad. Iadul, expus în diferite religii ca fiind locul unde oamenii sunt torturaţi în multe feluri, este o închipuire creată de conducătorii acelor religii. Poate că primii învăţători au dorit să dea o formă fizică subdiviziunii celei mai inferioare pentru înţelesul oamenilor care nu au o imaginaţie abstractă.

Iniţial, oamenii din planul astral pot să nu-şi dea seama că sunt morţi. Sau pot dori să-şi viziteze prietenii şi rudele pe pământ, datorită ataşamentului lor pentru ei. Pentru diferite motive, ei pot veni pe pământ în corpuri astrale, încercând să

dobândească forme fizice, pentru a vorbi cu cei pe care-i iubesc. Ei strigă numele persoanei, dar nu apare nici un răspuns. Uneori poţi avea o senzaţie vagă că cineva te strigă, deşi tu nu vezi persoana. După eşecuri repetate în obţinerea unui răspuns din partea persoanei în viaţă, fiinţa astrală poate înţelege că el sau ea este mort şi se reîntoarce în planul astral. În mod normal, un ghid îi însoţeşte în planul astral. Martin şi Romanowski au descris în detaliu un număr mare de cazuri de acest fel în cartea lor, *We are Not Forgotten* (1991).

Planul astral poate avea aparenţa raiului, deoarece orice pare realizabil. Totuşi, acolo nu este raiul absolut descris de anumite religii. Raiul scripturii este, repet, o fantezie a învăţătorilor religioşi. Cu toate acestea, în continuare ai constrângerile corpului astral care suferă de efectele dorinţelor sale. De-abia la următorul plan, aflat deasupra planului astral, încetezi să ai un corp astral şi, astfel, să nu mai suferi. Aceasta se întâmplă după cea de-a doua moarte, despre care vom discuta mai târziu. O persoană cu energia spirituală Kundalini trezită şi care trăieşte în lumea materială, face vizite regulate în diferite subdiviziuni ale planului astral. Aspiranţii primesc dinainte cunoaşterea dimensiunilor superioare ca parte a învăţăturii lor asupra naturii conştiinţei lui Dumnezeu.[3]

Un bun exemplu al puterilor planului astral care sunt exprimate asupra planului fizic este crearea formelor gând. Alexandra David Neel a trăit în India şi Tibet timp de douăzeci de ani şi a participat din plin la ritualuri tantrice împreună cu practica yoga şi meditaţie regulate.[4] Prin puterea gândurilor, ea a creat o maimuţă (tulpa) care-i putea fi interlocutor. Pentru câţiva ani, i-a oferit ajutor şi companie. Oricum, după ceva timp, aceasta şi-a dezvoltat propria sa individualitate şi a refuzat să o mai asculte în întregime. Maimuţa a devenit o pacoste şi, cu mari dificultăţi, a reuşit să o îndepărteze. Aceasta este o reminiscenţă a creaţiei zeiţei Durga de către alţi

zei. Datorită puterii colective a gândurilor ei, au adus-o la nivelul la care putea lupta cu demonii şi să salveze zeii. Fiinţa fizică a lui Sri Aurobindo sau Sinele suprem al lui Carl Jung, create de suflet printr-o serie de încarnări pământene, pot fi acum să fie înţelese. Această fiinţă fizică are o individualitate a sa şi este factorul favorabil care face legătura dintre suflet şi Dumnezeu. La bătrâneţe, organele unei persoane sunt slăbite, forma fizică din tinereţe este pierdută, iar luciditatea este neclară. Oricum, la sosirea în planul astral toate aceste defecte sunt vindecate. Persoana trăieşte într-un corp tânăr şi niciodată nu simte oboseala, foamea sau setea. Uneori, o parte defectuoasă a corpului persistă în memorie. Aceste suflete sunt plasate într-o casă mare, care poate fi numită spital, undeva în cea de-a cincea subdiviziune a planului astral, unde se odihnesc şi partea imperfectă a corpului este vindecată. Este un loc de ispăşire, o haltă în drum. Modul unei persoane de a gândi, emoţiile şi cunoaşterea la care a ajuns în lumea fizică, pot să rămână exact la fel.

Putere, poziţie şi bani, toate iau sfârşit în planul astral. Doar inimile pure, dragostea şi bunele intenţii contează şi eşti respectat doar pe baza acestor lucruri. Oameni simpli şi neimportanţi pe pământ, care de fapt erau puri şi spirituali, se ridică la subdiviziunile superioare ale planului astral şi sunt deosebit de respectaţi. Sufletul unei persoane care duce o viaţă în puritate şi spiritualitate este foarte frumos şi strălucitor. În mod normal, o astfel de persoană ajunge după moarte în ce-a treia subdiviziune, adesea numită „Tărâmul fericirii". Această zonă este decorată cu munţi, grădini superbe, râuri şi lacuri. Casele sunt înconjurate cu flori frumoase etern înflorite de culori nepământene. Nu există ploi, furtuni sau lucruri de această natură care să disturbe atmosfera. Unii îl numesc un tărâm paradisiac fără frică, ură, gelozie, competiţie sau egoism. Conform cu Ivor James, nu poate fi vorba despre o copie a

pământului, care este degenerat. Poeţi şi scriitori au văzut frânturi ale acestor locuri în stările lor de transă, când scriau. Cine spune că suntem morţi? Sufletele legate de viaţa pământeană sunt în fapt moarte (sau adormite) deoarece trăiesc într-o stare de confuzie, foarte departe de realitate. O persoană care nu are dorinţe în planul astral, primeşte acolo totul. Acesta este paradoxul.

Contactul cu sfinţii sau sufletele superioare duce mai departe evoluţia locuitorilor din „Tărâmul fericirii". Având trăiri spirituale, aceste suflete sunt gata să se implice în noi experienţe. După ce trec printr-o stare de comă temporară, ei se trezesc în subdivizia a patra sau a cincea, sau chiar în una superioară. Peisajul este din ce în ce mai frumos în aceste dimensiuni superioare, pe măsură ce vibraţiile devin mai rafinate şi mai subtile.

În planul astral se dezvoltă noi sensibilităţi şi experienţe, în conformitate cu virtuţile persoanei. Trăirile inimii nu mai sunt ascunse de alţii, deoarece ele se convertesc imediat în culori în jurul corpului astral. Astfel, se trăieşte în mod natural o viaţă pură; spre deosebire de relaţiile de pe pământ, aici toate relaţiile sunt deschise. Aceia care se gândesc doar la ei înşişi, (precum în planul pământean) nu vor fi fericiţi aici în planul astral. În subdiviziunile inferioare, oamenii îşi continuă obiceiurile pământene, precum mâncatul şi băutul, până când înţeleg că acestea nu mai sunt necesare pentru supravieţuire. În subdiviziunile superioare, oamenii sunt eliberaţi de astfel de nevoi şi trăiesc o viaţă productivă care duce la perfecţiune spirituală.

Planul astral are vaste librării, care conţin nenumărate cărţi despre toate subiectele posibile şi extraordinare facilităţi de cercetare. Cercetătorii pot să-şi continue cu mari satisfacţii munca lor despre problemele pământene sau astrale. În absenţa conceptului nostru uzual de timp, timpul în planul astral este

măsurat sub forma experienţei. Perioada pe care cineva o petrece în planul astral poate varia de la cinci ani la cinci sute de ani sau cinci mii de ani, în funcţie de experienţa care-i este necesară persoanei, fie pentru următoarea reîncarnare, fie pentru a se mişca mai sus spre planul mental. Nu există limite.

Câteva cuvinte despre „lumea cenuşie", o stare de suspendare între planele fizic şi astral. Viaţa aici poate fi foarte problematică şi incertă, întrucât persoana nu aparţine nici unei dimensiuni. O atmosferă încordată şi tristă, împreună cu nenumăraţi oameni de aceaşi condiţie, înconjoară oamenii care au o concepţie limitată şi au trăit o viaţă egoistă şi seacă, care a fost plină de acte criminale şi atroce pe pământ. La acest nivel, dacă ei nu se căiesc pentru faptele lor josnice, alunecă în această lume a nimănui. Lumea cenuşie este o structură suspendată între planele fizic şi astral, un domiciliu forţat al criminalilor şi executanţilor de acte odioase, care nu sunt pregătiţi să se căiască de activităţile lor. Aici atmosfera este obscură şi întunecată. Cu toate acestea, nimeni nu este condamnat să stea aici pentru totdeauna. De îndată ce apare trezirea, este întotdeauna un suflet evoluat pentu a ajuta şi persoana este ridicată către o subdiviziune superioară. Nici o cerere de ajutor nu rămâne neauzită.

Primul, cel mai de jos, plan este întunecat, dens şi dificil, comparabil cu condiţiile necesare unei persoane să trăiască în creierii munţilor. Este o locuinţă a criminalilor înrăiţi şi a creaturilor îngrozitoare. Acestea sunt condiţiile descrise de toate religiile ca fiind iadul în forma lui clasică (cu diferenţa că acestea sunt create de credinţele personale ale celor care sunt aici). Acesta este *pret-lok* din hinduism, locul unde sufletele rele caută să intre în corpul altora pentru satisfacerea dorinţelor inferioare. Aici se găsesc gândurile a sute de milioane de oameni încărcate de *prana* (energia vieţii), creată de minţile subumane datorită mâniei şi urii. Acestea influenţează oamenii

de pe pământ cu o gândire similară, furnizându-le acestora stimularea.

Cel de-al doilea subplan este mai puţin întunecat, mai puţin dens şi mai rafinat decât primul. Este casa oamenilor deosebit de materialişti. Sufletele care s-au trezit aici după moartea subită nu realizează că au murit. Sufletele prinse aici sunt într-o stare de înghesuială. Un exemplu ar fi soldaţii Primului Război Mondial care încă mai caută să omoare pe cineva. Valuri de suflete iubitoare vin să ajute sufletele confuze care au ieşit din şocul fizic. Sunt luaţi în „case de îngrijire", situate în subplanul al cincilea al celui de-al doilea plan.

Trebuie să se ţină minte că fiecare plan are în plus şapte subdiviziuni, poate chiar mai multe. Fiecare din primele două subplane pot avea nenumărate suflete în diferite subdiviziuni, în funcţie de starea lor de conştiinţă şi evoluţie. Corespunzător, cea mai înaltă subdivizie a planului secund poate avea suflete care sunt mai rafinate şi gata să treacă în următorul subplan.

Cel de-al treilea subplan este prima „zonă iluminată" a planului astral, numită „Tărâmul fericirii" de către mulţi autori. Aceia care au trăit o viaţă fără inocenţă, nu neapărat spirituală, dar care sunt fiinţe milostive, se pot trezi aici şi se pot gândi că au ajuns în rai. Poate să apară ca o copie a vieţii de pe pământ, dar fără atributele sale negative. Există munţi, râuri, lacuri, case, străzi şi grădini similare cu cele de pe pământ. Unii spun că florile de asemenea iau forme umane. Oamenii trăiesc într-o atmosferă asemănătoare cu cea de pe pământ şi păstrează aceleaşi obiceiuri ale mâncatului, băutului, îmbrăcatului, călătoriei şi întâlnirii cu prietenii şi rudele. Totul se materializează prin puterea gândirii. Pe măsură ce sufletul creşte şi interacţionează cu sufletele superioare şi sfinţii, trece printr-o comă, înainte să se trezească în cel de-al patrulea sau al cincilea subplan, poate chiar într-unul superior, conform cu nivelul de conştiinţă.

Cel de-al patrulea subplan este o zonă complet iluminată, cu vibraţii mai fine decât planul trei, privelişti mult mai măreţe şi o mai mare frumuseţe celestă. Această dimensiune are un loc special pentru copii.

Cel de-al cincilea subplan este mai luminos, cu vibraţii şi mai înalte. Aceasta este poate cea mai importantă dimensiune a planului astral din punctul de vedere al activităţilor. Cu mult mai frumos şi luminos decât toate raiurile create de minţile religioase, acesta poate fi locul preferat de vânătoare al localnicilor. Sfinţii religiilor se întrunesc aici, crezându-se că sunt singurii salvaţi, fericiţi şi recompensaţi. Mulţi ghizi spirituali ai oamenilor de pe pământ îşi au locuinţa aici. Totuşi, învăţătorii nu sunt cu adevărat puternici şi aici este o barieră de comunicare – comunicarea survine prin mediumuri. Oamenii par să fie aici în floarea vârstei; corpurile devin mai tinere şi perfecte. Există cărţi, librării şi centre de cercetare. Mii de suflete sunt implicate în cercetarea unor subiecte astrale sau pământene. Pentru orice studiu particular, dotările disponibile sunt fantastice. Oamenii sunt inconştienţi de trecerea timpului. Ei gândesc că nu există nimic mai bun decât ceea ce au aici; că este sfârşitul a toate. Oamenii învăţaţi, poeţii, artiştii, oamenii de ştiinţă, persoanele măreţe şi sfinţii, toţi aparţin acestei regiuni. Aici se găsesc spitalele pentru sufletele care se regenerează şi se dotează cu corpuri noi.

Oricum, idealul unei condiţii superioare apare la intelectuali şi aceştia realizează că este numai o staţie în drum. Din dimensiunea conştiinţei spirituale, ei primesc idei şi, după o comă temporară, se pot muta în cea de-a cincea sau a şasea subdiviziune. Cea de-a şasea este foarte luminoasă, similară cu planul cinci, dar cu o vibraţie superioară. Este mult mai rafinată, mai avansată şi deosebit de dezvoltată din punct de vedere artistic sau filosofic. Are peisaje fantastice. Cea de-a şaptea subdiviziune este o lume a fericirii, încă totuşi astrală,

deoarece adevăratul rai se află în planul următor – planul mental, numit *devachan* în sanscrită.

Tabelul 1. Schiţa subdiviziunilor Planului astral

SUBPLANUL	TRĂSĂTURI PRINCIPALE
Fizic	Viaţa simţurilor, crearea şi disoluţia karmei, oportunităţi reale pentru evoluţie
Lumea cenuşie	Stare suspendată între planul astral şi cel fizic, pentru criminalii înrăiţi care nu se căiesc
Primul	Întunecat, dens, dificil pentru a trăi, suflete rele care caută satisfacţii prin alţii
Al doilea	Mai puţin întunecat, mai puţin dens, oamenii foarte materialişti, care nu cred că sunt morţi
Al treilea	Prima zonă luminată, tărâmul fericirii, oameni buni, bune condiţii pentru viaţă
Al patrulea	Zonă complet luminată, împrejurimi măreţe, frumuseţe celestă, bun pentru copii
Al cincilea	Şi mai luminos, refacere şi dezvoltare spirituală, biserici, şcoli şi librării
Al şaselea	Mai rafinat/avansat, peisaj fantastic, dezvoltare artistică/filosofică
Al şaptelea	Lumile paradisiace, deşi încă astrale, karma echilibrată, adevăratul rai în planul următor

Deşi o configuraţie absolută a subdiviziunilor planului astral nu poate fi niciodată făcută, tabelul 1 prezintă una aproximativă. Cineva poate trăi mii de ani în subdiviziunile înalte, deoarece condiţiile sunt perfecte şi nu există trecerea timpului. Lumile astrale nu au dimensiuni fizice şi nu gravitează în jurul unui soare fizic precum o face pământul. Iată, trebuie să înveţi prin evoluţie spirituală că acesta nu este raiul real sau final. Cea „de-a doua moarte" are loc şi corpul astral moare. Te trezeşti în partea inferioară a planului mental, numit rai sau *swarglok*.

CAPITOLUL 5

PLANELE MENTAL ŞI CELE SUPERIOARE

Pentru locuitorii planului astral, vine un moment când conştiinţa spirituală este nerăbdătoare să acceadă la noi experienţe. Corpul astral începe să moară şi sufletul se trezeşte într-un corp spiritual într-o lume spirituală, numită *devachan* în sanscrită. Aceasta este „ce-a de-a doua moarte" a sufletului, tranziţia de la planul astral la cel mental. Pe pământ, sufletul trăieşte într-un corp fizic făcut din elemente fizice (pământ, apă, foc, aer şi eter). În planul astral sufletul trăieşte într-un corp astral făcut din atomi astrali de o vibraţie mai fină. În planul mental, sufletul are un corp mental făcut din atomi de o şi mai fină vibraţie.

Planul mental

Planul mental are două diviziuni: diviziunea inferioară este raiul (*swarglok*), cea superioară este planul cauzal (*maharlok*). Este corpul astral cel care răspunde dorinţelor (karma),

deoarece adevăratul rai se află în planul următor – planul mental, numit *devachan* în sanscrită.

Tabelul 1. Schiţa subdiviziunilor Planului astral

SUBPLANUL	TRĂSĂTURI PRINCIPALE
Fizic	Viaţa simţurilor, crearea şi disoluţia karmei, oportunităţi reale pentru evoluţie
Lumea cenuşie	Stare suspendată între planul astral şi cel fizic, pentru criminalii înrăiţi care nu se căiesc
Primul	Întunecat, dens, dificil pentru a trăi, suflete rele care caută satisfacţii prin alţii
Al doilea	Mai puţin întunecat, mai puţin dens, oamenii foarte materialişti, care nu cred că sunt morţi
Al treilea	Prima zonă luminată, tărâmul fericirii, oameni buni, bune condiţii pentru viaţă
Al patrulea	Zonă complet luminată, împrejurimi măreţe, frumuseţe celestă, bun pentru copii
Al cincilea	Şi mai luminos, refacere şi dezvoltare spirituală, biserici, şcoli şi librării
Al şaselea	Mai rafinat/avansat, peisaj fantastic, dezvoltare artistică/filosofică
Al şaptelea	Lumile paradisiace, deşi încă astrale, karma echilibrată, adevăratul rai în planul următor

Deşi o configuraţie absolută a subdiviziunilor planului astral nu poate fi niciodată făcută, tabelul 1 prezintă una aproximativă. Cineva poate trăi mii de ani în subdiviziunile înalte, deoarece condiţiile sunt perfecte şi nu există trecerea timpului. Lumile astrale nu au dimensiuni fizice şi nu gravitează în jurul unui soare fizic precum o face pământul. Iată, trebuie să înveţi prin evoluţie spirituală că acesta nu este raiul real sau final. Cea „de-a doua moarte" are loc şi corpul astral moare. Te trezeşti în partea inferioară a planului mental, numit rai sau *swarglok*.

CAPITOLUL 5

PLANELE MENTAL ŞI CELE SUPERIOARE

Pentru locuitorii planului astral, vine un moment când conştiinţa spirituală este nerăbdătoare să acceadă la noi experienţe. Corpul astral începe să moară şi sufletul se trezeşte într-un corp spiritual într-o lume spirituală, numită *devachan* în sanscrită. Aceasta este „ce-a de-a doua moarte" a sufletului, tranziţia de la planul astral la cel mental. Pe pământ, sufletul trăieşte într-un corp fizic făcut din elemente fizice (pământ, apă, foc, aer şi eter). În planul astral sufletul trăieşte într-un corp astral făcut din atomi astrali de o vibraţie mai fină. În planul mental, sufletul are un corp mental făcut din atomi de o şi mai fină vibraţie.

Planul mental

Planul mental are două diviziuni: diviziunea inferioară este raiul (*swarglok*), cea superioară este planul cauzal (*maharlok*). Este corpul astral cel care răspunde dorinţelor (karma),

rezultând ataşament sau detaşare, bine şi rău. Când acest corp a fost aruncat, se scapă de toate dualităţile şi sufletul experimentează fericirea completă şi beatitudinea. Cuvintele nu pot descrie stările din planul mental. În diviziunea inferioară, sau raiul, sufletul are un corp mental; în diviziunea superioară, are un corp cauzal. Corpul cauzal este primul manifestat în jurul sufletului – acesta este începutul unui corp cu formă pentru toate timpurile care urmează, pentru timpul cât sufletul trăieşte în lumile inferioare, sub planul cauzal. Deasupra planului cauzal, sufletul călătoreşte fără ajutor, fără nici o formă sau corp în jurul lui.

Uneori, după moartea sa fizică, folosindu-şi puterile de yoghin, Sri Yukteshwar a spus următoarele prin corpul său materializat temporar:

> Trăiesc în acea parte a planului astral care este cunoscută ca Hiranyalok. Ajut multe suflete evoluate care vin de pe pământ, în obţinerea libertăţii. Oamenii aici sunt eliberaţi de problemele mâncatului, băutului etc. Cineva se poate întâlni aici cu mama sa, tatăl său, fiul, fiica, soţia sau soţul, etc., nu doar din viaţa anterioară, dar şi din câteva vieţi dinainte de cea anterioară. Eşti liber de moartea prematură, deces şi bătrâneţe. Este doar intuiţia, care aici termină de rezolvat orice lucru. Aici este suficientă voinţa pentru a îndeplini orice sau totul.[1]

Hiranyalok vorbeşte despre Sri Yukteshwar că probabil este în *swarglok* (rai), pentru că el vorbeşte despre deplasarea din planul cauzal de aici. El de asemenea a vorbit despre ancorarea în hiranyalok pentru o perioadă lungă de timp, ceea ce este posibil doar în swarglok. După mulţi alţii, cineva îşi poate întâlni rudele din viaţa anterioară în planul astral, dar rudele din alte vieţi pot fi întâlnite doar în swarglok.

Am avut şansa să discut cu guru Kirpal printr-un medium în Carolina de Nord. Mi-a spus că trăieşte în planul mental şi că acolo sunt mulţi sfinţi şi suflete foarte evoluate. Sri Yukteshwar Giri de asemenea trăieşte în planul mental. Aceasta sugerează că majoritatea sufletelor care şi-au împlinit Sinele trăiesc în planul mental şi ajută oamenii din planele inferioare în procesul evoluţiei lor spirituale. Aceste suflete superioare pot vorbi altor suflete şi călătoresc în dimensiunile inferioare pentru a interacţiona.

Pentru a înţelege interpretarea diferitelor plane, să luăm un exemplu. Luaţi o sticlă şi umpleţi-o cu apă, nisip, cenuşă şi câteva pietricele. Scuturaţi-o şi apoi aşezaţi-o pe masă. După o vreme, vedeţi că cele mai grele pietricele s-au aşezat la fundul sticlei şi cele mai uşoare sunt deasupra lor. Deasupra pietricelelor vedeţi particulele de nisip şi apoi cenuşa. Împrejurul a toate, vedeţi apă. Apa fiind cel mai puţin densă dintre toate elementele, este în partea superioară, unde nici un alt element nu poate rămâne. În acelaşi timp, apa se găseşte în fiecare diviziune a sticlei. În mod similar, cenuşa este elementul următor şi, în acea regiune, nisipul şi pietrele nu se găsesc; dar, în acelaşi timp, cenuşa este de asemenea văzută în fiecare diviziune inferioară a sticlei. Deci cea de-a doua diviziune are două elemente – apă şi cenuşă. Apoi, în cea de-a treia diviziune, găsiţi nisip, cenuşă şi apă, dar nu şi pietricele. Şi în cea de-a patra diviziune, vedeţi toate cele patru elemente – apă, cenuşă, nisip şi pietricele. Chiar şi aşa, planul superior şi primul, sau „divin", are doar elemente divine în el. Cel de-al doilea plan, sau „monovalent", are în compoziţie elemente divine şi monovalente. Cel de-al treilea plan, sau „atmanic", este compus din elemente divine, monovalente şi atmosferice. Cel de-al patrulea plan, sau „intuitiv", este compus din elemente divine, monovalente, atmosferice şi intuitive. Cel de-al cincilea plan, sau „mental", are elemente divine, monovalente,

atmosferice, intuitive şi mentale. Cel de-al şaselea plan, sau „astral", are elemente divine, monovalente, atmosferice, intuitive, mentale şi astrale. Şi cel de-al şaptelea şi ultimul plan, sau „fizic", are în componenţă elemente divine, monovalente, atmosferice, intuitive, mentale astrale şi fizice.

Pe măsură ce o persoană evoluează din planul fizic în cel astral, aceasta lasă în urmă elementele fizice şi este alcătuit din cele şase elemente superioare. Când evoluează în continuare din planul astral în cel mental, elementele astrale sunt de asemenea abandonate pentru totdeauna şi persoana deţine doar elemente mentale, intuitive, atmanice, monovalente şi divine. În evoluţia următoare, persoana spune la revedere elementelor mentale şi acum este constituită doar din elementele intuitive, atmanice, monovalente şi divine. Ajungând la planul atmanic, persoana este făcută doar din elemente atmanice, monovalente şi divine. În planul monovalent, persoana posedă doar elemente monovalente şi divine. Şi în final, când sufletul cel mai avansat se contopeşte în divin şi devine una cu acesta, acest suflet nu are nici măcar elemente monovalente şi este pur, făcut doar din elemente divine, cu adevărat imaginea lui Dumnezeu însuşi. Prima manifestare din sursa divină fiind monovalenţa, dispariţia sa înseamnă sinele nemanifestat în dimensiunea divină a lui Dumnezeu. Totuşi, aşa cum apa are contact cu toate diviziunile inferioare în sticlă, la fel o persoană divină are contact cu toate planele inferioare. Se pot vizualiza toate cele şapte plane într-o formă circulară în jurul planului fizic, exact la fel precum învelişul unei cepe în straturi circulare, unul deasupra altuia. Există elemente ale fiecărui plan care pătrund în toate planele inferioare.

Şapte plane împărţite în şapte subdiviziuni fac 49 subdiviziuni. În afara acestor 49, ultimele două (solid şi lichid) constituie lumea vizibilă, care poate fi văzută cu ochii fizici. Restul celor 47 de elemente constituie lumea invizibilă, care

poate fi văzută doar prin ochii unui clarvăzător. Ultimul plan are toate cele 49 de elemente în el, de la solid la divin. Cel de-al 48-lea plan nu are elemente solide, dar are toate celelalte 48 elemente, de la lichid la divin. Planul 47 nu are ultimele două elemente, solid şi lichid, dar are toate cele 47 elemente care rămân, de la aer la divin.

Spiritul individualizat devine suflet. Începuturile sale reprezintă cel mai mare secret al tuturor timpurilor, secretul primordial. Astfel, sufletul, sau Atman, este un element al lui Dumnezeu şi acest element, în forma sa originală, rămâne stabilit şi prezent în planul monovalent. În forma sa originară, este pur şi retras. Când raza acestui element coboară în planele inferioare, atributele acelui plan se adună împrejurul său. Când coboară la următorul plan inferior, atributele celui de-al doilea plan inferior realizează ce-l de-al doilea înveliş (din atributele sale) în jurul sufletului. Continuând în acest mod, când sufletul ajunge la cel mai de jos plan, ce de-al şaptelea sau planul fizic, el deja are în el atributele tuturor celor şapte plane ca straturi diferite sau învelişuri în jurul său. În timpul călătoriei de întoarcere acasă, aceste straturi sau învelişuri sunt îndepărtate unul câte unul şi sufletul străluceşte din nou în forma sa iniţială.

Personalitatea unui individ este o grupare a patru corpuri inferioare – mental, astral, eteric şi fizic. Această grupare este perisabilă şi este formată în jurul corpului de bază, numit corpul cauzal, care este creat din elementele diviziunii superioare a planului mental, numit planul cauzal, sau *maharlok*. Corpul cauzal este purtătorul personal al sufletului şi este indestructibil. Este centrul creaţiei şi depozit al gândurilor nemanifestate şi abstracte. Experienţele individului din vieţile anterioare rămân stocate în corpul cauzal într-o formă concentrată de genul unor seminţe. De fiecare dată când sufletul se reîncarnează, aceste seminţe înfloresc în noi experienţe. Deoarece corpul cauzal este făcut din elemente Atmanice pure,

acesta stochează doar virtuţile adunate până acum, precum toleranţa, iertarea, compasiunea, umilinţa, devotamentul, curajul, capacitatea şi competenţa în muncă, înţelepciunea şi cunoaşterea intuitivă. În fiecare reîncarnare succesivă, aceste virtuţi sunt adăugate şi, într-o încarnare particulară, ele apar ca fiind o parte integrală a naturii unei persoane. Atributele negative, precum slăbiciunea, viciul, corupţia, egoismul, exploatarea, zgârcenia şi grandoarea nu-şi găsesc un loc în corpul cauzal datorită purităţii elementelor sale. Dar personalitatea, care este făcută din corpurile mental, astral, eteric şi fizic, înregistrează slăbiciunile şi defectele sufletului, care se manifestă în încarnările succesive. De exemplu, o persoană care poate şi-a rupt un picior într-o viaţă anterioară, găseşte că nu are suficientă putere în acel picior în încarnarea prezentă. Corpul astral, care este un produs al *kama-lok* (planul dorinţelor), înregistrează în el slăbiciunile unei persoane care sunt adăugate corpului cauzal, şi numai virtuţile rămân la sfârşit.

Există două feluri de gânduri: gânduri manifestate în formă şi gânduri abstracte. O persoană medie poate să contemple doar gândurile cu formă, gândirea abstractă nu este uşoară. Aceasta înseamnă că o persoană medie nu contemplează gânduri de toleranţă, iertare, compasiune, umilinţă şi devotament. În concordanţă, o persoană medie poate ajunge doar la diviziunea inferioară a planului mental, sau swarglok, arena formelor manifeste.

Pentru majoritatea oamenilor, ambiţia supremă este să ajungă şi să se bucure de viaţa bună a raiului. Religia le spune că vor fi cu Dumnezeu. Acesta este punctul culminant al gândului în forma manifestă. Ei cred că nu este nimic dincolo de asta şi se opresc acolo.

Cea de-a doua categorie, gânditorii abstracţi, include doar o foarte mică parte a umanităţii – artiştii, psihologii, doctorii, profesorii şi cercetătorii în diferitele domenii de studiu. Astfel

de oameni pot avea o experienţă a planului cauzal, sau maharlok. Ei pot ajunge în această lume a gândirii abstracte.

Ca şi toate celelalte plane, şi cel mental este de asemenea împărţit în şapte subdiviziuni. Diviziunea superioară, numită planul cauzal, este împărţită în trei părţi, în timp ce diviziunea inferioară, numită rai, este împărţită în patru. Raiul este planul fericirii necondiţionate, deoarece corpul astral, care este cauza dorinţelor, a fost aruncat la momentul intrării în planul mental, după cea de-a doua moarte. Viaţa în rai este satisfăcătoare, întrucât nu ai nevoie de nimic din afara ta.

Dincolo de planul mental

Dincolo de planul mental este regiunea acelora care contemplează pe Dumnezeu fără atribute, *Nirguna Brahman*, sau a acelora care sunt gânditori abstracţi, la nivelul care implică înţelepciunea intuitivă de dincolo. Ei aparţin planului intuitiv sau „buddhic". Şi deasupra planului intuitiv este tărâmul acelora care fie au contemplat pe Atman, sau sufletul, fie al acelora care, prin metafizica lor cotidiană sau practici de meditaţie yoghină, au realizat Sinele transcendent al lui Jung, Atman al hinduşilor, Ruha al sufiştilor, lumina nemărginirii a lui Buddha, Tatăl lui Iisus Hristos. Ei aparţin planului Atmanic, planului Nirvana sau al eliberării, care asigură eliberarea din jug şi rupe lanţurile reîncarnării, a ciclului morţii şi renaşterii, odată pentru totdeauna. Oameni profunzi din toate credinţele şi căile vieţii au atins acest stadiu. Această regiune este compusă din munţi deosebit de frumoşi, râuri, copaci, fructe şi flori şi este iluminată fără existenţa unei surse evidente. Te vezi pe tine însuţi ca un punct de conştiinţă fără dimensiuni, care se mişcă liber cu viteza gândului, care nu cunoaşte foamea, setea sau dorinţele, într-o stare de perpetuă beatitudine,

incomparabilă oricărei plăceri de pe pământ. Ai abilitatea de a vedea în toate direcţiile şi ai cunoaşterea intuitivă că nu ai nevoie să ştii absolut nimic. Ai o credinţă intuitivă că întotdeauna ai existat şi că întotdeauna vei exista. Aceasta este starea de *Sat-Chit-Ananda* (Existenţă-Cunoaştere-Beatitudine) – atributele lui Brahman sau Dumnezeu. Pentru că sufletul (Atman) este înrudit lui Dumnezeu (*Paramatma*), poţi primi o înţelegere intuitivă a lui Dumnezeu. Astfel realizarea Sinelui duce la înţelegerea intuitivă a lui Dumnezeu. O astfel de persoană nu are nici o cerinţă pe pământ; cei de aici nu sunt interesaţi de trecut, nu speculează despre viitor. Sunt în mod natural nepreocupaţi în legătură cu prezentul. Se mişcă în jurul globului ca persoane automulţumite şi eliberate, fericite şi libere.

Experienţa unei dimensiuni superioare când încă eşti într-un plan inferior nu înseamnă că te deplasezi cu corpul în acel plan. De fapt, planul superior este trăit exact acolo unde te afli. Conştiinţa se mişcă de la planul inferior la cel superior. Să reluăm experimentul cu sticla care conţine apă, cenuşă, nisip şi pietricele. Stând la baza sticlei, vezi doar pietricelele şi nisipul, dacă conştiinţa ta vibrează cu gândurile unui solid. Vezi doar apă dacă conştiinţa ta vibrează cu gândurile unui lichid, deşi ambele, pietricelele şi apa, sunt prezente în acelaşi loc. În mod similar, planul fizic are elemente din toate planele, dar vei trăi doar realitatea planului corespunzătoare nivelului la care conştiinţa ta vibrează. Clarvăzătorii trăiesc în realitatea planului astral, deşi ei stau în planul fizic. Sfinţii trăiesc realitatea planului mental, sau Atmanic, corespunzător cu dezvoltarea conştiinţei lor, deşi ei stau în planul fizic. O persoană îşi găseşte după moarte o nouă locuinţă pentru care s-a calificat prin creşterea vibraţiei. De fapt, vastul univers are diferite nivele sau dimensiuni, cu densităţi variate, reprezentate de plane diferite.

Cele şapte diviziuni ale Universului

Universul pare să fie împărţit în şapte dimensiuni. Această observaţie a fost făcută în coroborare cu experienţele indivizilor evoluaţi din întreaga lume, investigaţiile ştiinţifice, scripturile din diferite credinţe şi tradiţii şi din propria mea experienţă. Cărţile lui Swami Yogananda Paramahansa, Swami Muktananda, Swami Satyananda Saraswati, dr. Ramesh Paramahansa, Gopi Krishna, dr. B.S. Goel, Swami Sivananda, Nisargadatta Maharaj şi Swami Vishnu Tirtha sunt câteva exemple. Cred că cunoaşterea procesului morţii şi al sferelor superioare sau raiurilor vor îmboldi indivizii să găsească o cale să-şi trezească Kundalini din starea latentă.

Scripturile eterne ale filosofiei hinduse, Vedele şi Upanişadele, sunt foarte utile, verificate şi confirmate de cercetările moderne din Occident. Cercetarea occidentală este bazată în principal pe cazuri de scriere automată, mediumuri, experienţe de moarte clinică, regresie în vieţile anterioare şi experienţe de decorporalizare. În ultimele două sute de ani au fost scrise cărţi despre aceste subiecte.[2] Multe dintre aceste cărţi au fost produse prin scriere automată, în care o fiinţă fizică ţine un stilou, în timp ce scrisul este dictat de o fiinţă nematerială. Leadbeater împarte universul în şapte plane:

> Numele date de obicei acestor plane, luându-le în ordinea gradului de materialitate, în creştere de la grosier la cel mai subtil sunt fizic, astral, mental, buddhic şi nirvanic. Mai sus de acestea sunt altele două, dar ele sunt atât de departe peste puterile noastre de înţelegere, că pentru moment ele pot fi lăsate în afara consideraţiei.[3]

După filosofia hindusă, rezumată de Mehta şi Vaze[4], şi cunoaşterea adunată prin studiile din *Cartea egipteană a morţii*,

Cartea tibetană a morţii, Societatea teosofică, Eckankar, sute de cercetări întreprinse în Occident timp de 150 ani, studiile de caz despre mediumuri renumite precum Edgar Cayce, Stephen OBrien şi Michael Newton, experienţele sfinţilor şi profeţilor, disponibile din când în când, şi o diversitate de experienţe de moarte clinică şi cazuri de contactări ale spiritelor prietenilor morţi sau ale rudelor adunate de J.D. Goyal[5], universul pare să fie împărţit în şapte mari diviziuni, ca în tabelul 2. Fiecare dintre aceste şapte plane este mai departe împărţit în şapte subplane. Sunt deci, cu totul, în univers 49 subplane. Tabelul 3 prezintă distribuţia acestor plane conform cu filosofia hindusă.

În acest moment, o întrebare evidentă ar fi cât timp stă o persoană în planul astral? Este dificil de răspuns la această întrebare, totuşi există câteva informaţii folositoare care sunt fundamentate pe cercetări. Durata staţionării într-un plan depinde de treapta de evoluţie şi de nivelul mental la care a ajuns cineva. Artiştii, oamenii de ştiinţă, filosofii, poeţii, scriitorii şi cei care urmează un drum spiritual, petrec cel mai puţin timp în planul astral (mai puţin de 10 ani) şi cel mai mult timp în rai (câteva sute de ani). Căutătorii adevărului, aceia care contemplează justiţia ideală, psihoterapeuţii, reformatorii sociali, cei care fac acte umanitare, filantropice şi spirituale petrec sute de ani în planul astral şi 500 ani în planul mental inferior. Aceia care nu gândesc rău despre alţii, cetăţenii medii şi credincioşii pot sta între 50 şi 60 ani în planul astral şi între 200 şi 300 ani în swarglok. Oamenii cu concepţii limitate şi egoişti pot trăi mai puţin de 100 ani în planul astral şi până la 200 ani în planul mental inferior.

Oamenii superstiţioşi pot petrece 100 ani în planul astral şi ei pot vizita planul mental pentru perioade scurte de timp. Barbarii sunt în mod obişnuit aşteptaţi să petreacă 100 ani în planul astral şi să se reîncarneze în planul fizic fără să perceapă planul mental. Persoanele rele, josnice, imorale – aceia

care trăiesc în mândrie, lăcomie, pofte trupeşti, mânie, invidie şi trândăvie – sunt aşteptaţi să trăiască mai mult de 100 ani în planul astral şi să se reîncarneze imediat pe pământ fără să primească o frântură de rai. Acestea sunt aproximări generice. Pot exista oameni care petrec mii de ani într-o subdiviziune a planului astral înainte de a se reîncarna sau de a urca într-un plan superior. În mod similar, pot exista oameni care petrec mii de ani în rai înainte de a se reîncarna sau a urca în planul cauzal. Pot exista suflete evoluate care ajung direct în planul mental, intuiţional sau chiar Atmanic fără să petreacă un moment în planele inferioare. Persoanele de natură odioasă pot trăi în prima subdiviziune a planului astral timp de câteva mii de ani, înainte ca orice lucru rău sau bun să li se întâmple.

Tabelul 2. Cele şapte diviziuni ale universului şi proprietăţile acestora

Nr.	Planul	Plan vedic	Atribute	Proprietăţi
1	Divin	Adi	Natural	Nemanifestat
2	Monadic	Anupama	Natural	Manifest
3	Atmic	Nirvana	Voinţă	Spiritual
4	Intuitiv	Buddhic	Iubire	Cunoaştere interioară
5	Mental	Cauzal – Karana Mental – Manasa	Gândire	Intelect analitic
6	Astral	Kama – Dorinţa	Sentimente	Ataşare/detaşare
7	Fizic	Grosier	Karma	Cunoaştere senzuală

Tabelul 3. Cele şapte diviziuni ale universului în viziunea filosofiei hinduse

Nr.	Plan hindus	Plan (lok) brahmanic	Atribute	Corp corespunzător
1	Go lok	Adi lok	Nirguna Brahman, nemanifestat	Monade
2	Vaikunth lok	Monadic lok	Saguna Brahman, manifest	Atman
3	Satya lok	Atmic lok	Element Atmic	Anandamaya kosh (intuiţie)
4	Tap lok Jnana lok	Buddhic lok	Cunoaştere	Vigyanamaya kosh (voinţă, intelect)
5	Mahar lok Swarg lok	Manasik lok	Gândire abstractă	Manomaya kosh, (corp mental)
6	Bhuvar lok	Sukshma lok	Artă, compasiune	Pranamaya kosh, (corp astral, dublură eterică)
7	Bhoo lok	Cauzal lok	Memorie, lumină (gazos, lichid, solid)	Annamaya kosh, (corp fizic)

CAPITOLUL 6

KUNDALINI ŞI PORŢILE RAIULUI

Ştim că universul este împărţit în şapte dimensiuni de frecvenţe variate. Noi aparţinem de cel mai grosier şi solid plan fizic. Vecinul lui este planul astral şi după acesta se găseşte planul mental, mai subtil. Cel mai subtil plan este planul existenţei divine. Cel mai comun, călătoreşti în planul astral, în corpul tău astral, în visele pe care le ai. De asemenea se întâmplă în circumstanţe speciale – în timpul bolii, anesteziei sau transei. Poţi de asemenea să călătoreşti în dimensiunea astrală sub hipnoză, sub îndrumarea unui terapeut, dar în acest caz trebuie să găseşti unul în care să ai încredre, căci poţi să nu-ţi aminteşti ulterior călătoria. În timpul experienţelor de moarte clinică, călătorii în dimensiunile subtile capătă gustul vieţii de dincolo. Dar aceste experienţe nu sunt sub controlul tău şi este posibil să se întâmple o singură dată. Venim din casa noastră adevărată, în regiunea raiului, şi de aceea memoria o bântuie subconştient. În timpul unei vieţi, când semnificaţia posesiilor şi ataşamentele emoţionale se strecoară în

inimile şi minţile noastre, începem călătoria înapoi spre acea casă adevărată. Calea autentică şi permanentă de a deschide porţile raiului este prin trezirea energiei Kundalini. Este metoda clasică testată în timp şi dezvoltată de yoghini de-a lungul a câteva milenii şi despre care este scris în scripturile străvechi, precum Vedele şi Upanişadele. În toate credinţele şi tradiţiile, procesul este similar, dar detaliile tehnice şi numele diferă.

Kundalini este energia spirituală care zace dormitând la baza măduvei spinării. Când se trezeşte, aceasta trece prin cele şapre chakre, sau centri energetici, de-a lungul coloanei vertebrale. Aceste şapte chakre sunt în conexiune cu cele şapte dimensiuni ale Universului şi, prin ele, primeşti acces permanent şi natural către raiuri. Odată ce Kundalini se trezeşte şi trece de chakra a treia, niciodată nu se mai întoarce complet în punctul de unde a plecat. Acest fenomen este ireversibil şi te plasează în mod irevocabil pe drumul către adevărata ta casă. În inima ta este un sentiment de fericire şi pace. Întrebările tale sunt înlocuite cu cunoaştere şi începi să trăieşti o viaţă mai împlinită.

Trecerea Kundalini este graduală şi ai semne clare la fiecare chakra pe care acesta o parcurge, sub forma culorilor şi sunetelor. Culorile sunt cele ale curcubeului. În ordine descrescătoare, ele sunt: violet, indigo, albastru, verde, galben, portocaliu şi roşu (VIAVGOR). Astfel, când prima chakra, aflată la baza coloanei vertebrale, se deschide, vezi culoarea roşu, când ce-a de-a doua chakra se deschide, vezi culoarea portocaliu şi aşa mai departe. Yoghinii aflaţi la cel mai înalt nivel de evoluţie văd culoarea violet. În mod similar, când prima chakra se deschide, auzi sunetul unui tunet, când se deschide cea de-a doua chakra auzi sunetul mării care urlă sau răgetul unui leu şi aşa mai departe. Numele şi locaţiile chakrelor, împreună cu culorile şi sunetele corespondente sunt expuse în tabelul 4.

Tabelul 4. Chakrele şi proprietăţile lor

Nr.	Chakra	Localizare	Culoare	Sunet
1	Rădăcinii	Între anus şi organe genitale	Roşu	Tunet
2	Sacrală	Baza coloanei vertebrale	Portocaliu	Răgetul leului
3	Plexului solar	Plex solar	Galben	Clopote şi susur de apă
4	Inimii	Coşul pieptului	Verde	Bâzâitul albinelor
5	Gâtului	Gât	Albastru	Nota solitară a unui fluier
6	Celui de-al treilea ochi	Între sprâncene	Indigo	Sunet asurzitor din mii de viori
7	Coroanei	Creştetul capului	Violet	Muzica instrumentelor de suflat

Cu deschiderea fiecărei chakra are loc o transformare a personalităţii, pe măsură ce Kundalini trece prin ea. Când chakra de bază se deschide, persoana va depăşi inamicii eterni: lăcomia, pofta trupească, furia, ataşamentul, egoismul. Când chakra sacrală se deschide, persoana va transcede sexul. Cu deschiderea chakrei plexului solar, persoana trece graniţa dintre lumile inferioare şi superioară, iar practicantul începe să viziteze lumile raiului în vise, viziuni şi transe. Persoana îmcepe să aibă un anumit control asupra evenimentelor vieţii. Când chakra centrală a inimii se deschide, inima se umple cu dragoste divină şi ucenicul începe să arate dragoste necondiţionată pentru toată lumea. Aceasta este când îţi iubeşti vecinul necondiţionat, aşa cum cere Noul Testament. Odată cu deschiderea chakrei de la baza gâtului, persoana dobândeşte libertatea din neadevăr, puterea discursului şi a autoexprimării. Deschiderea centrului gâtului activează un punct în craniu numit *bindu*, din care energia sacră se revarsă în organism,

permiţând practicantului să se regenereze şi să se elibereze de boli. Aceia care ajung la acest nivel arată mai tineri şi au un plus de farmec în personalitate. Drumul către Împărăţia Cerurilor le este de acum deschis. Cu deschiderea celei de-a şasea chakre, dintre sprâncene, Eul persoanei este fragmentat în mii de bucăţi, persoana este martora morţii Eului într-o formă oarecare. În cazul meu, moartea Eului a fost personificată de corpul meu mort, purtat de oameni pe umeri în conformitate cu obiceiul indian. Puteam să aud oamenii spunând „Ravindra Kumar este mort". Dr. Elisabeth Kubler-Ross a trăit „durerea terifiantă, prin care treceau pacienţii săi în acest moment". Ea a cerut ajutorul lui Dumnezeu, care nu i-a fost dat într-un mod pe care l-ar fi înţeles. După experienţa morţii urmează experienţa învierii, însoţită de bucurie şi beatitudine fără precedent. La acest moment, persoana poate vedea o formă îndrăgită şi adorată a lui Dumnezeu şi poate trăi experienţa împărăţiei Lui.

Deschiderea chakrei coroanei are loc în momente scurte de strălucire. Este momentul când trupul persoanei se deschide pentru ca sufletul să se unească cu absolutul. Majoritatea practicanţilor decid să continue să trăiască până când timpul care le este alocat să trăiască pe pământ ia sfârşit. Ei doresc să împărtăşească altora cunoaşterea pe care au dobândit-o. Aceasta poate fi din două motive: fie iubesc pe toată lumea necondiţionat şi doresc să-i ajute să dobândească eliberarea, fie nu doresc să elimine toate motivele pentru a se întoarce pe pământ în încarnări viitoare. În general, yoghinii ajunşi la acest nivel păstrează viu un oarecare interes pentru treburile lumeşti, deci legăturile nu sunt complet tăiate. Ca un exemplu, lui Ramakrishna Paramahansa îi plăcea să mănânce o mâncare delicioasă în fiecare zi. Când cineva l-a întrebat motivul pentru care face asta, el a spus „Ai pus această întrebare prea devreme. Am dorit să rămân cu voi oamenii un pic mai mult." Se spune că trei sau patru zile mai târziu, s-a transferat în casa sa

din ceruri. Yoghinii continuă să trăiască viaţa în acelaşi mod precum ceilalţi, cu un interes similar pentru alţi oameni, dar complet schimbaţi în interior, ceea ce alţii poate nu văd. Uneori, oamenii judecă yoghinii prin prisma modului lor extern de viaţă şi îi înţeleg greşit, deoarece nu pot vedea transformarea lor interioară. Domnul Iisus a spus mereu „Eu şi cu Tatăl una suntem", dar nimeni nu l-a înţeles.

Marele înţelept Shankaracharya a observat două semne importante ale unei persoane eliberate:

> Acela care este eliberat de trup şi este perfect, rămâne în starea de bucurie precum un om plin de dorinţe create de karma trecută. Dar el trăieşte liniştit precum un spectator, liber de dorinţe şi schimbări, precum centrul unei roţi. Lipseşte preocuparea pentru trecut, absenţa speculaţiei cu privire la viitor şi indiferenţa pentru prezent sunt caracteristicile unui jivanmukta, persoană eliberată.[1]

O persoană eliberată continuă să trăiască acelaşi stil de viaţă ca înainte de realizare, dar nu mai este legat de karma. Aceasta poate fi înţeleasă prin exemplul bicicletei. Pentru a păstra bicicleta în mers, cineva trebuie să pedaleze continuu. Dar când pedalatul s-a oprit, bicicleta nu se opreşte. Continuă să se deplaseze ca şi cum persoana ar continua să pedaleze. Dorinţa într-un yoghin încetează să mai existe în momentul eliberării, deşi aparenţa unei vieţi normale rămâne aceeaşi şi continuă. Diferenţa este că o persoană eliberată nu se mai străduieşte pentru satisfacţii materiale şi trăieşte viaţa cu lipsă de ataşament – ca un martor, nu ca un participant. Alţii pot să-i critice pe yoghini pentru asta, dar realitatea este că ei sunt transformaţi în interior şi o experienţă particulară nu are importanţă dacă mai apare sau nu. Ei pot să mănânce, să bea, să facă dragoste şi să joace în competiţii ca înainte, dar nu este

nici o dorinţă de câştig după lucruri. Mai degrabă este pace, linişte şi mulţumire în orice împrejurare. Exact precum bicicleta se opreşte cu încetul după ce pedalatul s-a oprit, în viaţa unui yoghin activităţile lumeşti treptat ajung la un final. Cu toate acestea, yoghinii pot păstra un oarecare interes ca să-şi ferească corpurile lor fizice de anihilare. Starea de fericire permanentă sau beatitudine este atât de profundă în ei, încât nu au nevoie să ştie despre trecut sau viitor sau să rămână ataşaţi de prezent.

Kundalini

Importanţa Kundalini era cunoscută în majoritatea culturilor antice. Elisabeth Claire Prophet a menţionat în mod repetat în scrierile ei că preoţii avansaţi ai civilizaţiei pierdute a atlanţilor erau avansaţi în cunoaşterea energiei Kundalini şi au comunicat aspiranţilor cunoaşterea despre aceasta şi cele şapre chakre. După Jasper Swain, adepţii planului astral au sfătuit oamenii de rând să abordeze Kundalini cu multă prudenţă[2]. Pentru a arăta că această cunoaştere a existat în alte credinţe şi tradiţii străvechi, este suficient să consultăm scrierile câtorva experţi în domeniu.

După ce a efectuat cercetări despre Kundalini timp de câţiva ani şi a scris cinsprezece cărţi despre conştiinţă şi iluminare, John White scrie:

> Deşi cuvântul Kundalini provine din tradiţia yoghină, aproape toate marile religii ale lumii, şcolile spirituale şi tradiţiile oculte autentice au ceva asemănător cu experienţa Kundalini. Se poate ca acest cuvânt să nu apară în tradiţii, dar totuşi conceptul este acolo, purtând nume şi simbol diferit, dar recogniscibil, ca şi chei pentru a ajunge

la starea de dumnezeire. A fost descris în documentele străvechi din Tibet, Egipt, Mesopotamia, China, Grecia şi alte culturi şi tradiţii, inclusiv în iudaismul şi creştinismul timpuriu. Podoabele pentru capul faraonului, şarpele cu pene din Mexic şi America de Sud, dragonul din mitologia Orientală, şarpele din Grădina Edenului, toate sunt indicii ale Kundalini. La fel şi caduceul, cei doi şerpi încolăciţi în jurul unui ax, simbolul medicilor şi farmaciştilor. Se spune că acesta provine de la zeul Hermes, fondatorul tradiţiei ezoterice a cunoaşterii revelate.[3]

Gene Kieffer, preşedintele Fundaţiei pentru studiul Kundalini din Connecticut, scrie:

Dacă îţi trezeşti complet Kundalini şi dacă procesul de transformare se desfăşoară într-un mod sigur până la final, vei deveni un geniu spiritual şi un învăţat al lumii. Vei fi constrâns să acţionezi.

Conform cu Robert Scheer:

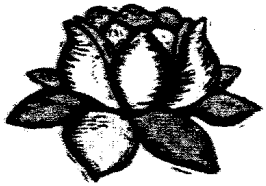
În civilizaţiile inca şi maya din Mexic şi Guatemala, cel mai puternic zeu este Quetzalcoatl, şarpele înaripat. Mai departe spre sud, în Peru, poţi găsi imagini sculptate în vechi sanctuare de piatră reprezentând puma, condorul şi şarpele, simbolurile celor trei tărâmuri: pământul, lumea de deasupra şi lumea de dedesubt. În grote, sunt şapte lăcaşuri stivuite una peste alta – câte una pentru fiecare chakra. După mitologia străveche Quechua, aceste şapte spaţii scobite erau iniţial umplute cu aur, cristale şi pietre preţioase... energia pe care incaşii o numeau Kori Machakway este aceeaşi putere transformativă pe care hinduşii o numesc când se referă la Kundalini, energia şarpelui auriu care este situată la baza coloanei vertebrale...

> el a găsit multe cuvinte care sunt comune ambelor limbaje Quechua şi sanscrită... puterea ar trebui să fie folosită în serviciul altora, o lecţie care ar putea veni cu uşurinţă din gura unui hindus, precum şi de la un descendent al străvechilor incaşi.[5]

Oamenii trăiesc uneori realitatea raiurilor sau a dimensiunilor universului, prin diferite experienţe de extracorporalizare descrise în acest capitol. Totuşi, acestea devin o realitate permanentă în cazul trezirii Kundalini. În plus, o persoană cu Kundalini trezit, devine un geniu spiritual şi un învăţat al lumii. Cunoaşterea dinainte a dimensiunilor superioare sau a raiurilor ajută în declanşarea trezirii Kundalini, când sunt folosite metode adecvate. Kundalini este un fenomen universal cunoscut în diferite părţi ale lumii sub nume diferite. Trezirea Kundalini este mai mult asociată cu mărturia sufletului şi cu transformarea conştiinţei pe care o vom discuta în capitolul care urmează.

PARTEA A DOUA

SUFLETUL CA ŞI CĂLĂTOR



CAPITOLUL 7

TEORIA UNIVERSULUI ŞI SUFLETUL

Cercetători din culturile lumii au cercetat sufletul şi proprietăţile sale din timpuri străvechi. Cunoaşterea sufletului apare la o persoană când el sau ea găseşte succesul în practicile contemplative, într-o formă sau alta. O formă sigură pentru a atinge această cunoaştere este prin trezirea Kundalini. În acest capitol, mă străduiesc să prezint în continuare cunoaşterea sufletului şi proprietăţile sale, aşa cum au fost ele adunate de către cercetători până în zilele noastre. Aceste descoperiri pot ajuta pe practicant în două moduri: contemplarea sufletului poate declanşa activarea Kundalini, iar confuzia cauzată de trezirea bruscă a acestei energii poate fi micşorată, liniştind momentul respectiv.

Secolul şase î.Hr. va fi ţinut minte ca fiind perioada naşterii giganţilor spirituali de-a lungul lumii: Buddha şi Mahavira în India, Pitagora în Grecia, Confucius în China, Zoroastru în Persia şi druizii în Europa. Cu toţii, aceşti oameni au făcut istorie pe drumul mântuirii. Acestea nu au fost evenimente obişnuite; fie o minte supra-umană nepământeană i-a iniţiat pe

ei sau, mai probabil, evoluţia umană atinsese stadiul întrebărilor spirituale. Şi după această înflorire a conştiinţei, o serie de indivizi au continuat să se ivească pe drumul spiritual, în toate părţile lumii. În acelaşi mod, secolul nouăsprezece ar trebui să fie ţinut minte pentru naşterea a patru genii care au scos în evidenţă existenţa sufletului (Atman): doamna H.P. Blavatsky (1831-1891) în Rusia, Sri Aurobindo Ghosh (1872-1950) în India, Carl Gustav Jung (1875-1961) în Elveţia şi Martinus (1890-1981) în Danemarca, care, obţinând realizarea independentă, şi-a prezentat propria sa teorie despre suflet şi Dumnezeu.[1] La aproximativ acelaşi moment, lumea a văzut naşterea fizicii cuantice, care oferă dovada ştiinţifică a existenţei sufletului sau Atman, şi confirmă valabilitatea eternă a filosofiei religiei. Fizicienii au descoperit că atributele sufletului sunt similare cu proprietăţile electronului. De acum înainte, sufletul poate fi cunoscut şi înţeles prin electron. Poate fi dedus că sufletul este aspectul de nelocalizare al fiinţei umane.

Date fiind două entităţi, dacă ele pot şti una de alta sau transfera informaţie de la una la alta, chiar dacă ele sunt separate de o distanţă mai mare decât lumina poate să o parcurgă într-o secundă, atunci despre cele două entităţi se spune că posedă proprietatea de nelocalizare. Cunoaştem că lumina călătoreşte la o viteză mai mare decât orice altă entitate în univers. Deoarece noi ştim că electronii şi sufletele pot „şti" unii de alţii, trebuie să fie o anumită forţă care călătoreşte mai repede decât viteza luminii. Aceasta este numită proprietatea de nelocalizare, care este deţinută de electroni şi suflete. Această forţă de nelocalizare se spune că este divină. Prin ea, toate sufletele pot fi în contact reciproc. Mai mult, prin ea, conştiinţa absolută poate fi în contact cu fiecare suflet.

Omul de ştiinţă şi astronomul Sir Fred Hoyle a analizat afirmaţiile de bază ale teoriei ştiinţifice şi ulterior şi-a stabilit o reputaţie pentru gândirea lui radicală şi genială.[2] El este asociat

cu teoria Stării Constante a universului şi a elaborat scopul existenţei în cea mai fină tradiţie ştiinţifică. El a concluzionat că teoria lui Darwin este greşită; nu explică întrebările fundamentale ale variaţiilor printre specii. Sir Hoyle crede că informaţiile elementare pe care le avem provin din afara pământului. El este convins că viaţa nu a început pe pământ, ci mai degrabă în altă parte. După el, teoria Bing Bang-ului nu ne duce la o legătură între etapele iniţiale ale vieţii şi la ceea ce vedem noi acum, aşadar este incorectă. În opinia lui, oamenii bigoţi nu pot înţelege originea umanităţii şi cred că oamenii trebuie cumva să fi fost creaţi, ceea ce este greşit. În mod similar, teoria ştiinţifică că materia trebuie să fi fost creată de Big Bang, deoarece ştiinţa nu poate încă explica de unde provine materia, este de asemenea eronată. Universul, cred mulţi oameni de ştiinţă, trebuie să fi evoluat din nişte condiţii anterioare. Teoria Big Bang-ului încearcă să construiască o structură teoretică largă pe teren mişcător, în timp ce teoria Stării Constante oferă o uşă de scăpare pentru orice evenimente care pot apărea. Cu alte cuvinte, există o inteligenţă care ne ghidează, care pune fundaţia existenţei. Hoyle crede că această inteligenţă încearcă să facă faţă unor situaţii în univers, dar nu ne dă soluţii perfecte – poate că suntem o reflecţie neimportantă a inteligenţei care ne-a produs. El sugerează că noi suntem reprezentanţii locali ai unei inteligenţe mai vaste şi aceasta este de acord, într-o oarecare măsură, cu religiile oficiale.

Profesorul Hoyle crede că ne-am putea îndrepta înspre o etapă în care obiectivul poate că nu este prea departe de a fi împlinit. El pretinde că „Oamenii religioşi au pornit cu Sf. Pavel pe drumul către Damasc." „Lumina bruscă – în felul acesta apare în ştiinţă. Este un moment de răscruce."[3] Testele de laborator care duc la concluzia că particulele minuscule din spaţiu au o proprietate decisivă a fost pentru el momentul drumului către Damasc. Particulele în spaţiu au caracteristicile unui material

viu, pe care el îl denumeşte „amprenta în infra-roşu." Este exact un sentiment în interiorul tău; este lumină pe drumul către Damasc. Remarca lui Einstein, „Dumnezeu poate că este subtil, dar nu este maliţios", l-a impresionat pe Sir Hoyle ca o rezumare a filosofiei ştiinţifice. Viaţa posedă proprietatea de amprentă universală şi noi suntem o componentă într-un vast sistem. Când un număr suficient de oameni au trecut prin criza iluminării subite, lumina care apare pe drumul către Damasc, şi formează un grup de credincioşi, ei încep să înveţe asta pe alţii.

Hoyle crede că religia oficială este o prejudecată veche de trei milenii. Şi dacă oamenii nu se îndepărtează de această prejudecată şi de la gândirea ştiinţifică lipsită de spiritualitate, încă o planetă îşi va găsi sfârşitul. Totuşi, există multe planete; unele vor trece prin acest proces şi vor supravieţui. Însă nu pare să fie bine pentru lumea noastră. Hoyle observă:

> Am atins nivelul unde ne putem autodistruge de o sută de ori într-o jumătate de oră şi aceasta este o posibilitate nemiloasă. Dacă oamenii nu-şi schimbă firea, nu cred că mai avem mult timp de parcurs. Deşi mulţi gândesc că am spus că oamenii nu sunt devotaţi religiei în detaliu, acest mod al instinctului religios, sfinţenia adevărului şi aşa mai departe, sunt indicatoare care ne vor preveni autodistrugerea.[4]

Sir Alister Hardy, comentând fraza „drumul către Damasc", folosită frecvent de Hoyle în cartea sa *Revelations: Glimpses of Reality*, spune că fraza înseamnă o revelaţie bruscă sau ceva foarte important care influenţează întreaga concepţie a unui individ, ceva la care el ar putea să dea numele de Dumnezeu.

> Am un sentiment de ruşine intelectuală despre atitudinea academică modernă cu privire la cineva care poate numi studiul naturii un studiu al vieţii. Cea mai importantă caracteristică cu privire la lucrurile care au viaţă este natura conştiinţei. În prezent este în mare parte ignorată,

deoarece nu se pot întrevedea metode de a o investiga; dar nu poate fi nici o îndoială că este acolo şi nu este constrânsă la nivelul de înţelegere al omului.[5]

Deşi Blavatsky, Aurobindo, Jung şi Martinus poate că nu au avut în minte ideea vieţii de după moarte, afirmaţiile lor despre spirit şi suflet se potrivesc complet cu proprietăţile planului astral exterior pământului şi a altor dimensiuni superioare. Combinarea acestor concepte – electronul ştiinţific, sufletul spiritual şi planele superioare din diverse scripturi – ne îndrumă şi ne oferă o foarte bună explicaţie a creaţiei lui Dumnezeu. Prezentul capitol se străduieşte să dovedească proprietatea de nonlocalizare şi natura cuantică a sufletului prin aceast amestec de „psi-evidenţă", fizică cuantică, experienţe ale sfinţilor şi descrierile date în diferite scripturi.[6]

Spiritualitate, Religie şi Ştiinţă

Religia a existat cu mult înainte ca ştiinţa să prindă viaţă. Ştiinţa a fost cu noi pentru doar cinci sute de ani, apărând probabil odată cu inventarea astronomiei de către pionieri precum Galileo şi Copernic. Deoarece ştiinţa se face cu obiectivitate, ea place cu uşurinţă minţii umane, deoarece rezultatele ştiinţifice pot fi văzute prin proprii noştri ochi. Pe de altă parte, subiectivitatea spiritualităţii nu este uşor de înţeles de când noi înşine a trebuit să ajungem parte a procesului. Rezultatele sunt trăite doar subiectiv, ele nu pot fi explicate obiectiv. Pentru unii, totuşi, ele pot fi simţite. La acest nivel, Descartes a separat ştiinţa de religie cu aproximativ patru sute de ani în urmă. Dar acum, în aşa numită Noua Epocă, în special cu sosirea fizicii cuantice, fizicienii îşi pierd autoritatea în definirea tradiţională a realităţii, deşi în prezent unii nu

doresc să admită aceasta în mod public.[7] Paul Twitchell din Eckankar spunea că religia şi ştiinţa se îndreaptă spre contopire una cu cealaltă şi o nouă teorie va apărea în secolul douăzeci şi unu. J. B. Rhine a început să arate semnele de oboseală din anii din urmă, când nici un model matematic sau fizic nu s-a potrivit pentru nici un fenomen paranormal experimentat la Universitatea Duke. De fapt, fizicianul R.L. Morris a admis că, orice concesii poate face fizica fenomenelor paranormale, nici o explicaţie nu ar fi vreodată posibilă.[8] Aş merge un pas mai departe şi aş emite ipoteza că ştiinţa evoluează spre un final, acela de a-şi pierde identitatea, iar în final se va contopi în spiritualitate. Din ce în ce mai mulţi oameni de ştiinţă admit acum că nu pot explica un fenomen până când nu devin o parte a acestuia prin meditaţie. Când aceasta se va întâmpla, spiritualitatea şi paranormalul vor rămâne, iar ştiinţa, ca filosofie separată, va dispărea. Aceasta a fost viaţa în civilizaţia dispărută a atlanţilor, în urmă cu aproximativ douăsprezece mii de ani în urmă. Aceasta a fost viaţa care a ridicat multele piramide în Egipt şi Mexic, lucruri pe care ştiinţa modernă a fost incapabilă să le aprecieze.

Pentru a vedea cum ştiinţa urmează fundaţia spirituală a religiei, prin ajungerea la aceleaşi concluzii de mult deţinute de către temeiul spiritual (nu de către dogma religioasă), vom proceda după cum urmează. Nenumărate exemple pot fi menţionate, din scripturile hinduse, unde personajul special Narad Muni dispare dintr-un loc, reapare instant într-altul şi instantaneu comunică cu o fiinţă fără să deschidă gura. Timpul în *swarglok* (raiul sau planul mental) se mişcă extrem de încet; de exemplu, după ce a trăit doar aproximativ un an în swarglok, cineva poate găsi, la reîntoarcerea pe pământ, că două sau trei generaţii au trecut. Krishna obişnuieşte să apară cu un număr mare de *gopis* (lăptărese) simultan în câteva locuri, când au fost implicaţi în *rasalila* (un dans de grup). Poţi vedea aceste

fiinţe doar în dimensiunile superioare, cum este swarglok. Nu s-a pus nici o întrebare referitoare la viteza deplasării, deoarece Krishna putea să dispară şi să reapară instantaneu, în ciuda distanţei între cele două locuri.

Evenimentele descrise mai sus sunt caracteristici normale ale planelor astral şi mental. Yoghinii şi sfinţii, din timp în timp, au experimentat de asemenea astfel de evenimente pe pământ. Totuşi oamenii de ştiinţă de-abia încep să găsească indicii ale acestor posibilităţi, prin studiul particulelor cuantice. Un obiect cuantic poate să apară simultan în mai multe locuri; poate să se manifeste ca o particulă, poate dispărea într-un loc şi reapărea într-altul; poate influenţa alte obiecte cuantice, indiferent de distanţa dintre ele.[9]

Ipoteza mea este că proprietăţile cuantelor sunt instrumente naturale ale sufletului în planele superioare, obţinute după eliberarea de corpul fizic la moarte. Binenţeles, aceste proprietăţi devin mai rafinate de fiecare dată când sufletul se mută într-o dimensiune superioară. Comportamenul particulelor subatomice în planul fizic este analog cu comportamenul oamenilor din planele superioare, deoarece entităţile astrale sunt prin natura lor subatomice. Doctrina secretă a doamnei H.P. Blavatsky exprimă concluzia următoare: „Totul în Univers, de-a lungul tuturor împărăţiilor, este conştient: adică înzestrat cu o conştiinţă proprie şi corespunzătoare planului său de percepţie."[10] În acelaşi fel, conform cu Satprem:

> Viitorul aparţine acelora care se oferă fără rezerve viitorului. Şi declarăm că acolo există un viitor cu mult mai minunat decât toate paradisurile electronice ale minţii: omul nu este sfârşitul... Se pare că inventăm tot mai multe maşini minunate, care fără încetare extind limitele omului şi chiar avansează către Jupiter şi Venus. Dar asta e doar aparenţă, tot mai amăgitoare şi apăsătoare, iar noi nu extindem nimic. De-abia trimitem către alt capăt de spaţiu

> o mică fiinţă jalnică, care nu ştie nici măcar cum să aibă grijă de semenii săi sau dacă peşterile sale adăpostesc un dragon sau un copil care scânceşte. Nu progresăm; în mod dezordonat umflăm un enorm balon mental, care poate oricând să ne explodeze în faţă. Nu am îmbunătăţit omul; avem doar un colosal fanatism... Adevărul este că, apogeul omului – sau apogeul a orice – nu stă în perfecţionarea la un nivel mai înalt a formei curente; este un „altceva", care nu este de acelaşi tip cu acela cu care aspiră să devină. Astfel este legea evoluţiei.[11]

Beversluis observă:

> Punctul central este noua paradigmă a universului, care nu mai este perceput ca fiind format din corpuri solide care se mişcă în timp şi spaţiu, ci mai degrabă, conform cu teoria cuantică, ca un câmp de energie pătruns de conştiinţă. Oamenii de ştiinţă occidentali au înfruntat serios pentru prima dată ideea că, dacă ei vor să înţeleagă universul, trebuie să-şi înţeleagă propria lor conştiinţă. Un lider în această privinţă era David Bohm, pentru că el a fost unul dintre primii oameni de ştiinţă care a luat în serios locul conştiinţei în cunoaşterea ştiinţifică.[12]

Aceasta doar subliniază faptul că realizările ştiinţifice, care sunt de o natură extrem finită, pot fi bune pentru confortul fizic al oamenilor şi ele pot continua; totuşi, pentru a înţelege universul infinit, trebuie să ne concentrăm asupra conştiinţei. Universul a fost explicat în capitolul întâi. *Conştiinţa* este definită ca înţelegerea potenţialului infinit pe care-l posedăm deja. O ilustrare a acestui lucru a fost demonstrată prin proprietăţile particulei cuantice. Doctorul Claire Walker se interesează dacă conştiinţa funcţionează pe principiul nonlocalizării şi se întreabă dacă sufletul, întrucât este nelocalizat, este de asemenea psihic.[13] Răspunsul meu la ambele întrebări este „da".

CAPITOLUL 8

CONŞTIINŢĂ, EU, SINE ŞI DUMNEZEU

Sri Aurobindo şi C. G. Jung, lucrând în mod independent şi mergând pe căi distincte, au ajuns la aceeaşi concluzie – în spatele minţii conştiente a individului se întinde o regiune psihică nelimitată, care este la fel de reală precum lumea fizică. Nu a fost un eveniment obişnuit. Într-adevăr, este probabil una dintre cele mai remarcabile realizări ale secolului douăzeci. Deşi faptele au fost cunoscute de diferite religii, în grade diferite, de mult timp, lumea modernă are nevoie de logică şi de dovezi înainte să poată crede în misticismul aflat în cunoaşterea spirituală, dar interzis de dogmele religioase. Această dovadă este suficient furnizată de aceşti doi giganţi ai erei moderne.

Prin ei, subiectivitatea a fost convertită în studiu obiectiv şi experienţă directă. Jung a ajuns la concluziile sale bazându-se pe propriile sale vise şi visele pacienţilor săi, în timp ce concluziile lui Sri Aurobindo au fost bazate pe experienţele sale directe prin yoga şi meditaţie. Cu toate acestea, în timpul viziunilor sale despre moarte din 1944, Jung de asemenea a

avut experienţe directe în care se găsea pe sine plutind „într-o stare de cea mai pură beatitudine, împrejurat de jur împrejur cu imagini ale întregii creaţii", iar lumea fizică îi apărea „absolut ridicolă" şi ca un „segment al existenţei care este pus în scenă într-un univers ca o cutie tridimensională, asamblat în mod special pentru acest lucru."[1] Cu toate acestea, modul de scriere ştiinţific a lui Jung, dezvoltat metodic, l-a forţat să explice lumea supra-fizică în termenii lumii fizice. „El nu a putut face diferenţa dintre diferitele ingrediente ale viziunilor şi arhetipurilor. A rezultat multă confuzie în teoria sa a arhetipurilor."[2]

Există o regiune obscură sub mintea conştientă numită de Jung inconştient. El a împărţit inconştientul în două părţi: individual şi colectiv. Inconştientul lui Jung este „subconştientul" lui Sri Aurobindo, care de asemenea l-a împărţit în două părţi: individual şi universal. Inconştientul personal sau subconştientul individual este depozitul pentru materialul psihic suprimat şi slab energetic din această viaţă, care odinioară plutea în mintea conştientă. „Acest material rămâne în subconştient într-o formă embrionară şi iese iar la suprafaţa conştiinţei când i se permite."[3] Visele din starea de somn sunt dezvăluirile acestor impresii. Subconştientul universal, pe de altă parte, provine din inconştient, care este de asemenea sursa minţii conştiente la oameni şi a instinctelor şi impulsurilor vieţii. Subconştientul universal sau inconştientul colectiv este format în procesul evoluţiei, începând cu viaţa plantelor şi lumea animalelor, şi este moştenirea umanităţii. Ambii gânditori sunt de acord că acest strat al psihicului este autonom; ei îi atribuie cunoaşterea directă şi imediată a obiectelor şi evenimentelor. Conservă trecutul şi percepe viitorul – de exemplu, vise care prezic evenimente viitoare. După ambii, acesta este marea nelimitată din care mintea conştientă apare precum un iceberg. Este sursa fenomenlor paranormale ca telepatia, telekinezia şi clarviziunea. În mod obişnuit, această parte a

psihicului este inabordabilă de către mintea conştientă; se dezvăluie doar în stările modificate ale conştiinţei sau vise.

După Sri Aurobindo, subconştientul universal este doar partea inferioară a subliminalului. Subliminalul superior este corespunzător coborârii directe a superconştientului la principiile minţii, vieţii şi materiei. După ambii autori, mintea conştientă primeşte cunoaşterea traseului său viitor prin intuiţiile inconştientului colectiv şi aceasta nu poate fi întreaga istorie a conştiinţei. După Sri Aurobindo, funcţiile subliminale superioare sunt o parte a lui Atman; „acesta este acela care durează şi este nepieritor în noi, de la naştere la naştere, neatins de moarte, descompus sau corupt, o scânteie indestructibilă a Divinităţii."[4] Prin *sadhana* (yoga, meditaţie, intonarea de rugăciuni sau alte practici metafizice) un yoghin trece prin regiunile inferioare, îşi întâlneşte memoriile personale care blochează creşterea lui interioară şi, în final, îşi extinde conştiinţa subliminală în conştiinţă cosmică[5] În viziunea doctorului S.P. Singh:

> Ca şi Freud, în ideea sa de inconştient, a confundat inconştientul personal şi inconştienturile colective care, după cum a arătat Jung, sunt în întregime de origine şi natură diferite, deci Jung, în conceptul de inconştient colectiv, se pare că a confundat sferele inferioare şi cele superioare ale subliminalului care, după cum Sri Aurobindo a arătat, sunt încă şi mai disparate una de alta, în originea şi natura lor.[6]

Arhetipuri şi viziuni

Arhetipurile lui Jung sunt fiinţele fantasmagorice ale lui Sri Aurobindo. Ele sunt la fel precum *noumena* lui Kant. Noumena lui Kant caută să se exprime prin fenomene; libido-ul

lui Jung caută să se exprime prin conştiinţă. De asemenea, Jung consideră viziunile lui Sri Aurobindo ca fiind manifestări în sine ale superconştiinţei în forme ale minţii, vieţii şi materiei. Astfel, viziunile lui Sri Aurobindo implică efectiv entităţi, în timp ce arhetipurile lui Jung (inclusiv ale sale *anima* şi *animus*) sunt doar forme sau moduri, nici un personaj particular, prin care libidoul doreşte să se exprime pe sine într-o situaţie particulară.

Sri Aurobindo şi-a împărţit viziunile în trei clase distincte: fizicul subtil, vital şi mental. Prima clasă se ocupă cu formele cauzale subtile, unde evenimentele viitoare ale universului sunt revelate. Aceste evenimente privesc lumea fizică grosieră, vizibilă ochilor externi. Cea de-a doua clasă înglobează o zonă intermediară care priveşte fiinţele lumii vitale. Aceste fiinţe apar în forme diferite, inclusiv cele ale zeilor şi zeiţelor sau demonilor, şi creează probleme practicantului care va depăşi acest plan pentru a merge mai departe pe drumul spiritual. Aceste fiinţe pot fi numite profesori sau ghizi. Cea de-a treia clasă se ocupă cu lumea mentală, la care practicantul se califică după ce a depăşit lumile fizică şi vitală.

În timpul meditaţiei, fiinţele planului mental pot apărea precum zeii şi zeiţele din Veda sau din oricare altă credinţă religioasă sau spirituală. Aceste viziuni sunt de fapt manifestări ale supraconştiinţei, în paralel cu fiinţele care există în mod real în planul mental în conştiinţa practicantului. Aceste fiinţe sunt capabile de manifestări în oricare din lumile inferioare.

Sri Aurobindo a considerat manifestarea Mamei ca fiind emanaţia din forţa conştiinţei (forma kinetică a lui Dumnezeu, sau *Shakti*), sursa primă a creaţiei. Mama se poate manifesta în oricare din planele inferioare. La fel, *saccidananda* (forma potenţială a lui Dumnezeu, sau *Shiva*) este sfântul Krishna a lui Sri Aurobindo, care de asemenea l-a întrupat pe istoricul Krishna pe pământ, care încă există într-o dimensiune superioară

şi în aceeaşi formă. Practicantul poate contacta pe Mama sfântului Krishna. Aceştia pot fi văzuţi şi se poate vorbi cu ei în planul corespunzător interior al conştiinţei înalte. Diverşi sfinţi au avut astfel de experienţe. Mi-am descris propriile mele experienţe în altă parte.[7]

Jung de asemenea a vorbit despre aceste trei clase de viziuni sub forma elementelor viitoare ale viziunilor, zeii şi demonii, şi arhetipurile mama şi mandala. Sri Aurobindo a primit confimarea viziunilor sale în practicile yoga şi prin mituri şi scripturi. A fost radical, fără nici un dubiu cu privire la realitatea lor. Jung, pe de altă parte, a clădit raţionamente din vise şi fantezii psihotice. Totuşi, el însuşi a avut viziuni reale în partea a doua a vieţii.

Eul

Jung defineşte Eul ca fiind rezultatul „coliziunii dintre factorul somatic şi mediu; se dezvoltă în continuare din viitoare coliziuni cu lumea exterioară şi cea interioară."[8] Eul este centrul conştiinţei mentale. Îşi are rădăcinile în personalitatea conştientă şi în fiinţa interioară. „Ego-sens particular" şi „Ego-sens general" al lui Jung corespund cu „manifest" şi substratul „inconştient" al lui Sri Aurobindo. Astfel Eul reprezintă caracterul concentric al fiinţei interioare şi al celei exterioare. Este esenţial pentru funcţionarea organelor de simţ şi, din acest motiv, pentru acţiunea individuală şi adaptarea la mediu.

În acelaşi timp, Eul este sursa tuturor suferinţelor în oameni, determinându-i să tolereze acte inumane. Acesta este cazul sclavului care devine stăpân. Este precum o ancoră care este necesară pentru a ţine temporar vasul în apropierea ţărmului pentru ca apoi, la momentul potrivit, să-i dea drumul să se deplaseze liber. În alt exemplu, se poate spune în mod

eronat că pământul este centrul universului. Ignoranţa trebuie înfruntată, ancora trebuie îndepărtată, centrul adecvat trebuie să fie găsit şi Eul trebuie înlocuit. Eul nu este de monolit; în ceea ce priveşte cunoaşterea proprie este atât subiectiv cât şi obiectiv şi astfel suportă cu predilecţie să împartă personalitatea în două elemente disparate, cum este evident din fenomenul viselor. În consecinţă, Eul nu poate fi centrul fiinţei conştiente şi, cu atât mai mult, a întregului psihic, care este vast şi variat în deplinătatea sa. Astfel, există un alt principiu în individ care este responsabil pentru unificarea într-un tot a elementelor disparate ale personalităţii.

Păcat şi suferinţă

Credinţa eronată că cineva este autorul unui act provoacă păcat şi suferinţă. Se poate gândi că el sau ea poartă o geantă în zborul de la Londra la New York. De fapt, avionul duce geanta. Cineva care nu are servici poate să-i acuze pe alţii pentru şomajul său; dar dacă o analiză atentă ar fi realizată, s-ar afla că sunt câteva motive întreţesute. Nici un factor de unul singur nu poate fi socotit ca fiind responsabil. În mod similar, orice act particular pe pământ este rezultatul întregii maşinării a universului şi nu a unui singur factor. „Aşa ceva, precum întâmplarea, nu există."[9] Lucrurile se întâmplă de la sine; gândim greşit că noi suntem cauza unui eveniment particular; de aceea păcatul şi suferinţa au fost inventate în mod inutil. Aceasta este una dintre cele mai importante învăţături din Bhagavad Gita. Acela care a asimilat această înţelepciune este o persoană eliberată. Sri Aurobindo observă:

> Sentimentul, ideea, experienţa că eu sunt o fiinţă autonomă, separată în univers, iar formarea conştiinţei şi

efortul de a fi în tiparul acelei experienţe sunt rădăcina tuturor suferinţelor, ignoranţei şi răului. Şi este aşa deoarece această înţelegere greşită falsifică atât în practică cât şi în mental întregul adevăr real al realităţii; limitează fiinţa şi limitează binecuvântarea fiinţei. Această limitare produce din nou o cale greşită a experienţei, o cale greşită a conştiinţei, o cale greşită a utilizării puterii fiinţei şi conştiinţei noastre şi, greşit, o formă perversă şi contrară de a te bucura de viaţă.[10]

Astfel, credinţa cuiva că este o entitate separată, alta decât o absolută conştiinţă a lui Dumnezeu, şi astfel gândirea că cineva este executantul faptelor, limitează pe de o parte potenţialul cuiva şi pe de altă parte îl livrează în braţele karmei.

Conştiinţa cosmică şi cea superioară

Nivelurile superioare ale conştiinţei – intelectul superior, mintea iluminată, intuiţia şi suprainteligenţa – despre care individul în mod normal nu este conştient, au fost numite de Sri Aurobindo tainice sau subliminale. Această conştiinţă interioară sau subliminală este parte a naturii universale şi coexistă cu materia, viaţa şi mintea.[11] Caracteristica minţii iluminate este simultaneitatea înţelegerii, că intuiţia este iluminare bruscă şi că suprainteligenţa este starea specifică şi constantă a cunoaşterii intuitive. La căderea zidului dintre conştiinţa interioară şi cea exterioară, o nouă conştiinţă apare în practicant, numită conştiinţă cosmică. Individul devine direct conştient de fiinţa universală, stările universale, forţa şi puterea universală, mintea universală, viaţă, materie şi vieţi în relaţie constantă cu aceste lucruri.[12]

Doctorul Richard Maurice Bucke a prezentat fapte detaliate ale vieţilor şi realizărilor persoanelor care au fost înzestraţi cu conştiinţă cosmică.[13] Printre subiecţii descrişi de Bucke sunt persoane care au dobândit o conştiinţă mai mare decât cea cosmică, dar nu a făcut nici o distincţie între aceste persoane şi altele. Încurcătura sa în ceea ce priveşte natura afectează conştiinţa cosmică. Sri Aurobindo numeşte starea superioară doar spiritualitate cosmică sau conştiinţă supremă, o stare care este caracterizată de unicitatea şi libertatea unei absolute saccidananda. În această stare, subiectul şi obiectul devin unul; cu alte cuvinte, văzătorul, văzutul şi vederea devin una. Aici el observă: „Intrăm în starea de realizare a Sinelui. Spiritul, Divinitatea sunt capabile să vadă în toate lucrurile realitatea lor esenţială şi jocul forţelor şi al fenomenului care precede această realitate esenţială."[14]

Există o personalitate conştientă care reprezintă lumea interioară, având sentimentul întregului şi al unităţii minţii conştiente şi inconştiente. Trebuie să existe un principiu mai puternic decât Eul, care unifică doar mintea conştientă. Este această personalitate conştientă care este numită „supra-personalitate" şi căreia Jung i-a dat numele de „Sine". Astfel, Eul este doar un derivat al Sinelui şi este în legătură cu acesta aşa cum este obiectul faţă de subiect. Ambii, Jung şi Sri Aurobindo, au găsit că adevăratul centru este Sinele, care are o natură unitară şi reprezintă realitatea interioară în totalitatea sa. Ambii au descoperit că Sinele este indivizibil şi omniprezent, datorită faptului că este reprezentantul complet a psihicului. După Jung, Sinele este centrul comun al conştiinţei şi al inconştientului. Sri Aurobindo îl consideră că este centrul originar al conştiinţei pure şi o reprezentare finită a infinitului. În concepţia sa, Sinele este adevăratul „Eu", Atman, cea mai înaltă *purusha*, sufletul secret. El este transcendent (combinând diversitatea şi unitatea, individualul cu universalul) şi etern – simultan roată şi mişcare, centru şi circumferinţă.[15]

Ambele caracteristici pot fi deduse logic şi realizate prin meditaţie, „extinzându-ne pe noi într-o transcendenţă în care limitele nu sunt vizibile."[16]

După Jung, „În anumite circumstanţe, inconştientul aduce în faţă în mod spontan un simbol arhetipal al totalităţii."[17] Referindu-se la teoria indiană a lui Atman, care unifică elementele complementare ale conştientului şi inconştientului, el a spus că „Atman pe de o parte cuprinde Universul şi pe de altă parte nu este mai mare decât un deget care locuieşte în inimă."[18]

Jung a observat că, iniţial, Sinele nu este recunoscut datorită aroganţei Eului, dar curând devine disperat în căutarea lui. Totuşi, trebuie păstrat echilibrul între Eu şi Sine, conform cu legea contrariilor, care enunţă că pentru existenţa sa orice necesită propriul său contrariu, dacă nu dispare în neant. „Doar prin separare, detaşare şi confruntare agonizantă a opoziţiilor se produce conştiinţa şi înţelegerea."[19]

Dumnezeu

Când vorbim despre Dumnezeu, probabil că atingem cea mai importantă parte a discuţiei noastre. În câteva religii, inclusiv creştinismul, hinduismul şi sufismul, arhetipul Sinelui a fost numit Dumnezeu. După Jung:

> Cristul, care este o manifestare tipică a Sinelui, este privit ca figura centrală în Sfânta Treime. În hinduism, el este reprezentat de către Atman, care este considerat identic cu Brahman.[20]

După Sri Samkaracarya:

> Brahman şi Atman, care sunt desemnaţi prin termenii „acel/aceea/acea" şi respectiv „tu", se dovedesc a fi pe deplin identici când sunt priviţi în lumina învăţăturilor vedice.[21]

În cuvintele lui Aldous Huxley:

> Bazându-ne pe experienţele directe ale acelora care au îndeplinit condiţiile necesare unei astfel de cunoaşteri, această învăţătură este exprimată cel mai succint de către formula sanscrită, tat tvam asi (Acela care te creează); Atman, sau Sinele etern şi imanent, este acelaşi cu Brahman, principiul absolut al întregii existenţe, iar scopul final al fiecărei fiinţe umane este să descopere acest lucru pentru el însuşi, să descopere cine este el sau ea cu adevărat.[22]

Merwan Sheriar Irani, un sfânt musulman sufist din secolul douăzeci, cunoscut ca Meher Baba, a spus că psihicul uman are două părţi: una aparţine domeniului conştient, cealaltă este dincolo de el. După el:

> Partea inconştientă, în totalitatea ei, este identică cu puterea care stă în spatele materiei. Această putere este numită Dumnezeu de către religiile tradiţionale. Realitatea Supremă care este în mod simbolic reprezentată prin astfel de concepte poate fi în întregime cunoscută doar aducând inconştientul în conştient.[23]

Sri Aurobindo numeşte această realitate ultimă *saccidananda – sat* (existenţă), *chit* (conştiinţă), *ananda* (beatitudine). El numeşte puterea creativă a saccidananda forţă conştientă. Astfel, conştiinţa este natura intrinsecă a lui Dumnezeu şi a energiei sale creatoare. Din punct de vedere psihologic, nici Jung, nici Sri Aurobindo nu au putut să tragă concluzia dacă acela care a avut mai întâi existenţă a fost conştientul sau inconştientul. Sri Aurobindo s-a refugiat în metafizică şi a declarat că saccidananda s-a autoascuns pentru ca evoluţia să aibă loc. Cel mai înalt stadiu de existenţă este omul, nivelul la care inconştientul este aruncat complet în spate, iar conştientul devine aspectul vizibil. În momentul în care inconştientul este adus în conştiinţă are loc împlinirea Sinelui şi, prin urmare,

realizarea stării de Dumnezeu. Sri Aurobindo descrie împlinirea Sinelui în aceste cuvinte:

> Starea sau acţiunea în noi a unei conştiinţe înnăscute, intrinseci, autoexistente, care se cunoaşte pe sine prin simplul fapt al existenţei, care ştie toate acestea, este în sine un acelaşi mod, iar prin identitate cu el începe chiar să vadă tot ceea ce minţii noastre îi pare exterior în acelaşi mod, printr-o deplasare a identităţii sau printr-o conştiinţă directă intrinsecă care cuprinde, pătrunde, intră în obiecte, se descoperă pe sine în obiect, îşi dă seama că există în el ceva care nu este raţiune, sau viaţă, sau corp.[24]

Într-un limbaj mai puţin complicat, poate fi rezumat în modul următor: în spatele minţii conştiente se întinde o regiune psihică supremă nelimitată care este inconştientul. Mintea inconştientă are două diviziuni: personală sau individuală şi colectivă sau universală. Zona individuală depozitează materialul refulat din această viaţă, care apare în vise. Partea universală este formată în procesul evoluţiei, în timpul nenumăratelor vieţi trăite. Este moştenirea umană infinită care înmagazinează trecutul şi reflectă viitorul. Mintea conştientă este doar o foarte mică parte a inconştientului. Inconştientul este sursa fenomenelor paranormale precum telepatia, clarviziunea şi precogniţia. În mod obişnuit, mintea conştientă nu-l poate percepe. Inconştientul este numit suflet, Atman, psihic sau Dumnezeu. Este permanent şi accesibil minţii conştiente prin meditaţie, *sadhana*, sau prin trezirea Kundalini.

Viziunile se împart în trei categorii: viziuni subtile fizice care dezvăluie evenimente din viitor, viziuni vitale sau intermediare care dezvăluie fiinţele din lumea vitală care pot fi numite guru sau ghizi (sau zei minori sau zeiţe), şi viziuni mentale, manifestări prezente ale superconştiinţei precum Mama,

Krishna sau Hristos (cineva poate simţi prezenţa lor, să-i vadă, să le vorbească).

Eul este rezultatul interacţiunii dintre factorii somatici şi mediu. Iniţial, este precum o ancoră care ţine vasul şi-l conectează la lumea fenomenelor pentru o funcţionare normală. Totuşi, ar trebui eliberat, altfel va deveni stăpânul. Păcatul şi suferinţa există datorită înţelegerii greşite că cineva este adevăratul iniţiator al acţiunilor sau evenimentelor şi că cineva are o existenţă separată de totalitate.

Sri Aurobindo sugerează că există şapte nivele de existenţă în univers. Grupul fizic îl denumeşte conştiinţa vitală şi mentală. Sau „conştiinţa exterioară„; grupul superior este mintea iluminată sau intuiţia; suprainteligenţa este numită „conştiinţa interioară". Când zidul dintre conştiinţa exterioară şi cea interioară cade, ia naştere o nouă conştiinţă care poate fi numită conştiinţa cosmică. La acest nivel, se dezvoltă o înţelegere şi o relaţie cu fiinţa universală. Cu toate acestea, o persoană cu conştiinţă cosmică încă are anumite legături cu lumea materială şi va suferi proporţional cu acestea. Crescând mai departe, se dezvoltă o conştiinţă mai înaltă decât cea cosmică, în care văzătorul, văzutul şi vederea se contopesc unul în celălalt. Sri Aurobindo numeşte aceasta transconştiinţă.

Există o personalitate conştientă care reprezintă lumea interioară care este un ansamblu mai deosebit decât Eul. Are controlul egal asupra conştientului şi inconştientului. Această personalitate este numită Sine sau Atman. Este o reprezentare finită a infinitului. Legea contrariilor cere să existe un echilibru între Eu şi Sine. Conform legii contrariilor, orice are nevoie de existenţa opusului său, altfel dispare în neant. Într-un sens, Eul are grijă de aspectele orizontale ale existenţei noastre, în timp ce Sinele are grijă de aspectele verticale. Aspectele orizontale şi verticale ale existenţei sunt discutate pe larg în capitolul următor.

CAPITOLUL 9

CĂLĂTORIA SUFLETULUI

Mulţi mari gânditori au povestit călătoria lor spre suflet prin poezie, proză şi cântec. Deşi experienţele lor au diferit în multe feluri, toţi au în comun caracteristicile cheie ale împlinirii Sinelui. Jung şi Sri Aurobindo au trăit pacea, beatitudinea, liniştea copleşitoare, infinitatea eliberării şi libertatea, ca şi extazul stării de eternitate. Pentru ei, trecut, prezent şi viitor au părut să fie unul. Oamenii au raportat experienţe similare în timpul extracorporalizărilor, ca de exemplu în experienţele de moarte clinică. De aceea acestea sunt experienţele sufletului. Jung descrie percepţia lumii fizice ca fiind într-o cutie. William Wordsworth pretinde că viaţa pe pământ este ca şi cum ai fi într-un somn profund, în care ai uitat de casa reală a sufletului, care este departe. Asaramji spune că, de îndată ce cineva primeşte conştiinţa sau cunoaşterea sufletului, chiar pentru un moment, acela este eliberat din falsitatea lumii materiale şi nu mai are nevoie de reîncarnări viitoare.

În acest capitol vă vom împărtăşi câteva din aceste călătorii ale sufletului şi apoi vom explora „axele" orizontale şi verticale ale universului, pentru a înţelege mai bine realitatea sufletului.

Sri Aurobindo

Sri Aurobindo descrie călătoria sufletului său care a durat trei zile, în 1907, astfel:

> Primul rezultat a fost o serie de experienţe deosebit de puternice şi schimbări radicale ale conştiinţei pe care niciodată nu le-am intenţionat şi care erau chiar contrare ideilor mele, deoarece m-au făcut să văd cu o intensitate copleşitoare lumea ca un film cinematografic al formelor goale, în universalitatea impersonală a absolutului Brahman... M-a aruncat brusc într-o stare deasupra gândului şi deasupra lui, nepătat de nici o mişcare mentală sau mişcare vitală, nu exista nici Eu, nici lume reală... Aceasta nu era nici o împlinire mentală, nici ceva strălfulgerat undeva deasupra, nici o abstracţie; era pozitiv, singura realitate pozitivă... Ce a adus era o pace exprimabilă, o linişte uluitoare, o infinitate de eliberări şi libertate. (În timp ce eram închis într-o celulă izolată în închisoare, pentru o lună de zile, în 1908): Am privit la închisoarea care mă separa de oameni şi nu mai eram prizonierul zidurilor sale înalte; nu, era Vasudeva care mă învăluia. Am mers prin legăturile copacilor din faţa celulei mele, dar nu era copacul, am ştiut că era Vasudeva, era Sri Krishna pe care l-am văzut stând acolo şi acoperindu-mă cu umbra lui. Am privit la barele celulei mele, la zăbrelele care erau folosite ca o uşă, şi din nou l-am văzut pe Vasudeva. Era Narayana care mă păzea şi a trimis santinela peste mine. Sau am stat pe păturile aspre de postav care mi-au fost date pentru a mă culca şi am simţit braţele lui Sri Krishna în jurul meu, braţele prietenului şi iubitului meu... Am privit la prizonerii din închisoare, hoţii, criminalii, escrocii şi, pe când mă uitam la ei, l-am văzut

pe Vasudeva, era Narayana pe care l-am găsit în aceste suflete întunecate şi trupuri abuzate.[1]

Cu cuvintele gazdei sale, Satprem, elev al lui Sri Aurobindo:

Când vorbea, te simţeai ca şi cum altcineva vorbea prin el. I-am pus farfuria cu mâncare dinainte; el pur şi simplu a privit-o lung şi apoi a mâncat puţin, în mod mecanic. Părea să fie absorbit chiar şi când mânca; obişnuia să mediteze cu ochii deschişi... Fără să cadă într-o transă extatică, cu ochii larg deschişi, Sri Aurobindo se găsea pe sine inclus în Lumina supremă.[2]

Sri Aurobindo s-a grăbit, a dormit foarte puţin, a experimentat principiile vieţii spirituale foarte metodic. În final, le-a pus în cuvinte: „Am testat zi şi noapte, ani peste ani, mai scrupulos decât o face un om de ştiinţă referitor la teoria şi metoda sa despre planul fizic."[3]

Temnicierii săi l-au supus mental la tot felul de torturi timp de cincisprezece zile şi a trebuit să privească peste imagini cu tot felul de suferinţe, înainte ca transformarea finală a conştiinţei să aibă loc. Din 1910 până în 1950, viaţa sa a fost dedicată confirmării, expansiunii, consolidării şi aplicării practice a experienţelor spirituale pe care le-a obţinut. În 1920, doamnei Mirra Richard din Franţa i-a fost încredinţată responsabilitatea pentru Ashram-ul din Pondicherry. După ce a considerat scrierile sale ca fiind suficiente, a renunţat la ziarul *Arya*. Eliberându-se de orice sarcini, s-a dedicat mai intensiv practicii yoga. A atins starea completă de *siddhi* pe 24 noiembrie 1926. Atunci s-a retras într-o completă izolare; doar mama sa şi câţiva oameni selectaţi l-au mai putut vedea. Şi-a părăsit trupul fizic pe 5 decembrie 1950.

Carl Jung

În ultimii ani de viaţă, Carl Jung experimentase acea cădere în categoria spiritualităţii, aşa cum au fost ele descrise în capitolele anterioare.[4] Jung a fost foarte familiar cu yoga şi meditaţia, cum se poate vedea din acest vis:

> Eram într-o călătorie de agrement. Mergeam de-a lungul unui drum mic printr-un peisaj cu dealuri; soarele strălucea şi vedeam peisajul în toate direcţiile. Când am ajuns la o capelă de la marginea drumului, uşa era întredeschisă şi am intrat înăuntru. Spre surprinderea mea, nu era nici o imagine a Fecioarei Maria la altar şi nici un crucifix, ci doar un minunat aranjament floral. Atunci am văzut că pe jos, în faţa altarului, privindu-mă, stătea un yoghin în lotus, în meditaţie profundă. Când l-am privit de aproape, am văzut că avea faţa mea. Am început să mă sperii şi m-am trezit cu gândul: „Aha, deci el este acela care meditează despre mine. El are un vis şi eu sunt în el."[5]

După Singh:

> Jung tratează acest vis ca o parabolă pentru a se înţelege pe sine, visătorul, ca fiind Eul şi yoghinul ca fiind Sinele. După el, simularea formei umane de către Sine este indicatorul intrării sale într-o existenţă tri-dimensională. Gândul care apare imediat după vis reflecteză relaţia dintre Sine şi Eu, ultimul fiind privit ca o meditaţie în cadrul primului, împreună cu înţelegerea că Eul s-ar evapora în neant de îndată ce meditaţia ajunge la un sfârşit.[6]

Savitri

Când Savitri s-a întors spre sine în căutarea sufletului, ultima parte a călătoriei în conştiinţa spirituală, ea a realizat în cele din urmă Sinele şi a dat experienţei următoarea explicaţie:

În ultima încăpere, pe un fotoliu aurit
Stătea cineva a cărui formă imaginaţia nu ar putea-o defini,
Doar cineva simţea izvorul de neatins al lumii,
O putere faţă de care ea era o forţă secundară,
O frumuseţe invizibilă, ţinta dorinţei lumii,
Un soare pentru care toată cunoaşterea este strălucire,
O măreţie fără de care nici o viaţă nu ar exista,
Din acel loc toate pleacă într-un eu liniştit,
Şi toate devin fără forme, şi pure, şi goale.
Apoi printr-un tunel săpat în cea din urmă rocă,
Ea a ieşit afară unde strălucea soarele fără de moarte,
O casă era acolo în întregime făcută din văpăi şi lumină
Şi trecând un zid fără mireasma focului viu
Atunci deodată ea şi-a întâlnit sufletul său secret.[7]

William Wordsworth

Împlinirea Sinelui (sufletului) la William Wordsworth este redată în pasajul următor din cartea sa *Intimations of Immortality*:

Naşterea noastră este doar un somn şi o uitare;
Sufletul care se ridică cu noi, steaua vieţii noastre,
Avusese în altă parte, se deplasa,
Şi a venit de departe.
Nu în întregime căzut în uitare,
Şi nu în totală goliciune,
Dar urmând norii gloriei noi venim
De la Dumnezeu, care este casa noastră.[8]

Sfântul Asaramji

Sfântul Asaramji a descris călătoria sa astfel:

> Paramatma este sursa energiei cosmice care ne activează conştiinţa. Această conştiinţă realizează lumea viselor în intimitatea lui Hita. Acea conştiinţă, într-o stare paralitică, este convertită într-un somn adânc. Atingerea lui Atma-Paramatma, conştiinţa sau cunoaşterea lui, pentru o perioadă de chiar trei minute de către cineva, nu-l va lăsa să sufere agonia de a fi din nou în pântecul unei mame, acela devine un suflet eliberat.[9]

Axele orizontale şi verticale ale Universului

Aspectul orizontal al vieţii este în legătură cu viaţa unei fiinţe fizice, în lumea materială. Aici, dezvoltarea la un nivel acceptabil este esenţială pentru o viaţă satisfăcătoare.[10] Stabilirea identităţii, dezvoltarea unor conexiuni semnificative cu alţii, dobândirea unui anumit nivel de securitate şi recunoaştere (suficient pentru continuarea dezvoltării unei persoane) sunt, cu toatele, etape necesare.[11] Doctorul Annie Besant găseşte că este natural să ne jucăm cu jucării – plăcere, bani, putere, onoare – pentru satisfacţie şi pentru dezvoltarea voinţei umane, a puterii mentale şi rezistenţei emoţionale. Când jucăriile se strică, se deschide calea pentru expansiunea unor aptitudini şi valori superioare.[12] Tranziţia de la aspiraţiile orizontale la cele verticale are loc când psihicul necesar pentru viaţa zilnică este în echilibru şi individul se simte suficient de sigur, suficient de liber, pentru a da atenţie unui nou set de

valori.[13] În timpurile noastre, cuvântul *proces* a căpătat un înţeles extins. Proces este timpul pe care ni-l acordăm pentru a ne simţi suficient de siguri pentru a admite că ceea ce ştim deja este adevărat. Jiddu Krishnamurti a afimat în mod repetat în lecturile sale că o ordine interioară este o condiţie obligatorie pentru o ordine exterioară.

Jung defineşte totalitatea principiilor psihologice, câmpuri şi funcţiuni, într-un psihic individual. Potrivit lui Jung: „Întinderea inferioară a psihicului începe unde funcţia se emancipează de la sine de forţele impulsive ale instinctului şi devine docilă voinţei." Pentru Jung, psihicul are două părţi: conştientul şi inconştientul. „Subiectivitatea psihicului conştient," ne aminteşte el, „stă în a fi subiectul operaţiei Eului, în timp ce obiectivitatea psihicului inconştient consistă în a fi autonom."[14] Deşi conştientul şi inconştientul sunt presupuşi a fi exclusivi unul faţă de celălalt, el nu a exclus posibilitatea ca „psihicul inconştient să fie în acelaşi timp conştient."[15] În consecinţă, trebuie să considerăm ambii termeni, conştientul şi inconştientul, simultan, fără a da prioritate unuia faţă de celălalt, dacă dorim să înţelegem psihicul în întregime. „Cu acestea trebuie să adăugăm Eul şi Sinele ca centri ai conştientului şi respectiv ai inconştientului."[16] Aceasta sugerează că axa orizontală este dată de Eul conştient, în timp ce axa verticală este reprezentată de Sinele inconştient.

Psihicul este universal, colectiv, etern şi unic – un principiu cosmic şi o existenţă în şi prin sine. Deşi constituit din elemente disparate, psihicul funcţionează ca un întreg. În timpul somnului, conştiinţa dispare şi, totuşi, ne amintim visele. Aceasta, împreună cu fenomenele paranormale – telepatia, telekinezia, precogniţia şi levitaţia – experiementate la Duke University şi la alte centre, arată universalitatea psihicului. Acesta conţine istoria evoluţiei organice datorită principiului transmisiei ereditare, care pe rând îşi arată aspectul colectiv.

Datorită caracterului său nonspaţial şi atemporal, Jung priveşte psihicul ca fiind etern şi îl descrie ca „un punct matematic şi în acelaşi timp ca un univers de stele fixe."[17] Deoarece este o sursă de conştiinţă, Jung îl numeşte „principiu cosmic"; datorită faptului că este trans-spaţial, trans-temporal şi are proprietăţi cauzale, îl priveşte ca unic şi probabil capabil să constituie altă dimensiune a universului dincolo de lumea temporală şi spaţială.[18] Datorită tuturor acestor proprietăţi, Jung vede psihicul în sine ca un univers în miniatură. Interdependenţa dintre psihic şi materie este evidentă din următorul enunţ:

> Psihicul nu poate fi total diferit de materie, pentru că altminteri ar putea el să mişte materia? Şi materia nu-i poate fi străină psihicului, căci cum altfel ar putea materia să producă psihicul? Psihicul şi materia există în una şi aceeaşi lume şi fiecare este o parte a alteia, altminteri orice acţiune reciprocă ar fi imposibilă.[19]

După Singh:

> De fapt, Jung priveşte psihicul şi materia ca entităţi coordonate, fiecare constituind pre-condiţia existenţei celeilalte. Dacă psihicul fără creier este de neconceput, lumea exterioară fără conştiinţă este o non-entitate virtuală. De altfel Jung caracterizează psihicul ca fiind nu numai existent, dar de asemenea ca o „existenţă în sine."[20]

Astfel găsim în psihic două conţinuturi virtuale opuse – materia şi spiritul. Acestea dau naştere pe de o parte animalelor şi entităţilor subumane, ca o cerinţă a instinctului şi nevoii biologice, şi pe de altă parte entităţilor divine arhetipale pentru satisfacerea nevoilor spirituale. Acţiunea celor două categorii una contra celeilalte creează fricţiuni şi generează

energie psihică, numită de către Jung *libido*. Freud a fost primul care a folosit cuvântul *libido*, pentru a descrie energia sexuală care creează energie pentru toate scopurile psihologice. Jung a numit libido un instinct general al vieţii, originar din cuvântul sanscrit *lobha*. După el, acesta este „o supapă energetică care este în sine capabilă să comunice cu oricare domeniu de activitate, fie el putere, foame, ură, sexualitate sau spiritualitate, fără ca să fie vreodată în sine un instinct specific."[21] Jung a comparat energia psihicului cu energia fizică şi a încercat să le coreleze prin formula dată de Einstein, cu diferenţa că energia fizică este în legătură cu o cantitate de masă, în timp ce energia psihică este corelată cu o calitate a forţei spirituale. Jung observă: „Pe măsură ce ne înălţăm mai sus în sfera psihicului, cuprinderea instinctelor slăbeşte gradual până ce în sfârşit psihicul dobândeşte autonomia completă şi «atinge o aşa numită formă spirituală»."[22]

Jung divide personalitatea în două părţi – interioară şi exterioară – care se echilibrează una pe alta. Personalitatea interioară, inclusiv atitudinea interioară, este caracterul îndreptat înspre inconştient. Este modul în care cineva se comportă faţă de procesele psihice interioare. El numeşte personalitatea exterioară *persona*, în timp ce personalitatea interioară este numită *anima/animus* sau suflet.[23] Modul său de a defini sufletul diferă de punctul de vedere tradiţional creştin. Totuşi, psihicul este acela pe care-l defineşte ca fiind „totalitatea tuturor proceselor psihice, conştiente ca şi inconştiente."[24] Astfel, este psihicul acela care corespunde definiţiei tradiţionale a sufletului din diverse religii, dar şi lui Atman al hinduşilor.

Coexistenţa lucrurilor poate fi considerată ca o parte orizontală a lumii, în timp ce intensitatea şi tangibilitatea lucrurilor pot fi privite ca o parte verticală. Astfel, ceva care pare să fie dincolo de un loc anume, poate fi indiciul unei oarecare activităţi universale. Ambii, Jung şi Sri Aurobindo,

admit existenţa lumilor dincolo de aceea fizică. Pe baza „posibilităţii ipotetice că psihicul ajunge la o formă de existenţă în afara timpului şi spaţiului," şi a validităţii acestei posibilităţi prin „relativizarea categoriei spaţiului de către teoria modernă a fizicii," Jung este înclinat să creadă în existenţă dincolo de spaţiu, timp şi legea cauzalităţii.[25]

Sri Aurobindo împarte existenţa în două părţi – existenţa concentrică sau exterioară şi existenţa verticală sau interioară. Inelele exterioare sunt făcute din „mintea noastră obişnuită exterioară, viaţă şi conştiinţa trupului," în timp ce inelele interioare sunt făcute dintr-o „minte interioară, o viaţă interioară şi o conştiinţă fizică interioară."[26] Mintea interioară păstrează întreaga istorie a evoluţiei într-o formă condensată şi vede viitorul la fel de clar cum vede prezentul, spre deosebire de mintea exterioară, care depinde de aproximări prin deducţii. Este de asemenea sursa viselor predictive. Sri Aurobindo crede în coexistenţa vieţilor orizontală şi verticală şi de aici în existenţa unei lumi a minţii, o lume a vieţii împreună cu lumea materiei, bazată pe legea continuităţii în natură. El numeşte „existenţă psihică" a grupului mental interior, vital interior şi fizic interior care se formează subliminal – forme faţă de care o persoană este în mod normal inconştientă. Subliminalul este justificat pentru conştiinţa sa vastă prin vise şi experienţe yoghine şi printr-o stare anormală a minţii care oferă soluţii la probleme de altfel nu uşor de rezolvat.

Sri Aurobindo numeşte Eu centrul minţii de la suprafaţă şi psihic centrul conştiinţei subliminale, localizat chiar în spatele inimii – spre deosebire de emoţii, care emană din partea din faţă a inimii.[27] Psihicul existent este de asemenea numit „*purusa* în inimă" sau „*chaitya purusa*", referindu-se la *sat-chit-ananda*, originar din cel de-al treilea principiu cosmic, *ananda*, „sufletul încântat din univers".[28] Deşi este centrul subliminalului, el stă dincolo de mentalul interior, vitalul interior şi fizicul lăuntric;

este permanentul arbitru al acestor trei forme. Are „o atingere directă asupra adevărului" şi poate fi întâlnit ca lumina mistică profundă la cel de-al patrulea centru al energiei, numit *chakra Anahata*.[29] Jivatman, Atman sau sufletul, este un fragment etern al divinităţii şi întotdeauna insistă în cunoaşterea Sinelui din saccidananda. În stadiile iniţiale de involuţie a saccidananda, sufletul rămâne în stare latentă; totuşi, când se afirmă pe sine, individualitatea evoluează din interiorul sufletului şi se manifestă ca psihic existent. Astfel, „sufletul-formă sau sufletul-personalitate se dezvoltă prin această evoluţie."[30] Crescând ca personalitate a sufletului, controlează toţi factorii subliminali şi serveşte drept „fiinţa centrală a evoluţiei."[31] Ca o reprezentare directă a lui Atman, are inerent în el toată cunoaşterea realităţii universale şi, gradual, devine atotştiutor.

Sinele este centrul fiinţei noastre ca totalitate, care durează de la naştere la naştere, conducându-ne şi ajutându-ne în toate felurile. Se manifestă în două forme – jivatman şi psihicul existent. În timp ce jivatman rămâne neafectat de naştere şi moarte, psihicul existent este chiar implicat în ele. În timp ce jivatman, ca un fragment al divinului, este atât universal cât şi individual, psihicul existent se mărgineşte până la individualitatea absolută. Într-adevăr, este purtătorul experienţei de la o viaţă la alta. Sri Aurobindo, ca şi Upanişadele, enunţă că este o formaţiune personală în fiecare plan al fiinţei noastre, fizic, vital, mental şi transconştient. Aceste formaţiuni sunt cunoscute ca fiind *purusas*. Astfel, există o purusa fizică, vitală, mentală şi pshică, fiecare formând centrul planului său. „Când sufletul sau scânteia focului divin" începe să-şi dezvolte o individualitate psihică, observă Sri Aurobindo, „atunci individualitatea psihică este numită psihicul existent. Când psihicul existent obţine dominarea asupra mentalului, vitalului şi fizicului, le foloseşte ca instrumente ale sale." Sri Aurobindo descrie aceasta ca fiind transformarea psihică.[32]

Axa orizontală este astfel în relaţie cu viaţa ca o existenţă fizică, stabilind identitatea şi dezvoltând relaţii pline de înţelesuri cu alţii. Interesat de plăcere, bani, putere şi onoruri, este comparat cu joaca cu o jucărie. Când jucăria se strică, începe expansiunea aptitudinilor superioare, care este pe verticală. Axa orizontală este reprezentată de Eul conştient, în timp ce Sinele inconştient reprezintă axul vertical. Îndreptarea uneia înspre cealaltă generează fricţiuni care dau naştere la energia psihică numită libido, sau energie sexuală.

Formaţiuni persoanale, numite *purusas*, există în fiecare plan fizic, vital, mental şi psihic. Eventual, sufletul dezvoltă o individualitate psihică, numită psihicul existent, care domină toate purusas.

Psihicul lui Jung sau Atman al lui Sri Aurobindo este văzut ca fiind universal, colectiv, etern şi unic – un principiu cosmic şi existenţă în şi prin sine. Este sufletul tuturor tradiţiilor religioase şi este descris de către diverse scripturi ca având proprietăţi similare. Detaliile universului prezentate în capitolul 5 sugerează mai departe că sufletul are toate proprietăţile paranormale – telepatie, clarviziune, telekinezie şi levitaţie. Există diverse biografii şi autobiografii care dovedesc aceste proprietăţi ale sufletului. De exemplu, Paul Twitchell, fostul şef spiritual din Eckankar, putea să iasă afară din corp după voie şi să arate câteva din aceste proprietăţi.[33] Unele din aceste proprietăţi sunt deţinute de către atomul cuantic, aşa cum este stabilit de fizicianul Amit Goswami: proprietatea undei, colapsul undei, saltul cuantic şi acţiunea cuantică la distanţă.[34]

Două proprietăţi cuantice – principiul incertitudinii al lui Heisenberg şi principiul nonlocalizării – sunt de asemenea deţinute de suflet. Primul principiu înseamnă că locaţia sau viteza unui obiect cuantic poate fi măsurată la un moment dat, dar nu amândouă simultan. Cel de-al doilea principiu înseamnă

că un corp poate influenţa pe altul, indiferent de distanţa care poate fi între ele şi fără un schimb aparent de forţă sau energie.

Adevăratele experienţe ale vieţii care au avut loc în jurul lumii din timpuri imemoriale, sugerează că sufletul posedă toate principiile enunţate mai sus. În acest sens, emit ipoteza că sufletul nu este doar nonlocal şi cuantic în conţinutul său complet, dar are un mare număr de proprietăţi care încă trebuie să fie dovedite de fizicienii cuantici. Prezint câteva din aceste cazuri din viaţa reală, din India, în următorul capitol. Autorii acestor scrieri, care au fost publicaţi în revista hindusă *Manohar Kahanian*, erau încă în viaţă la momentul scrierii acestei cărţi şi pot fi cu uşurinţă contactaţi pentru verificări.

CAPITOLUL 10

DOVEZI ALE PUTERII SUFLETULUI

Mai jos sunt trei cazuri relatate în ultimul număr al revistei indiene *Manohar Kahanian,* care dovedesc puterea sufletului.

Cazul 1[1]

Un profesor asistent la Departamentul de Istorie Antică, Universitatea din Delhi, l-a însoţit pe domnul Samarendra Singh şi fiica sa de şaisprezece ani, Sarita, pentru a studia o statuie străveche a strămoşilor domnului Singh, situată în curtea unui palat, la câteva mile de oraşul Banares, în nordul Indiei.

Profesorul a fost uimit să vadă că, în timp ce statuia era a unui luptător indian, dădea impresia că provine din Italia medievală. Nu văzuse de mult o astfel de statuie frumos conservată. Sarita, privind fix la ea cu ochii larg deschişi, a şoptit simplu: „Minunată..." Sandalele de piele aveau panglici înfăşurate în jurul picioarelor în stil roman. În mâna dreaptă,

personajul ţinea o sabie, iar teaca în mâna stângă. Purta un turban de calitate şi mustaţă iar ochii săi largi şi impresionanţi arătau ca şi cum soldatul urma să-şi atace inamicul. Domnul Singh i-a spus fiicei sale că statuia portretiza pe unul din strămoşii lor, al cărui nume nu a putut fi găsit. „Cât de viteji şi atrăgători erau strămoşii noştri. Nu mă mai satur să-l privesc," a spus Sarita, privind la statuie cu mare admiraţie şi respect. Şi-a înclinat capul cu respect ca să salute statuia şi i-a atins picioarele cu mâinile. Profesorul şi domnul Singh au fost surprinşi să vadă asta. Ea i-a sfătuit, ca şi cum ar fi fost copii mici şi ea o persoană mai în vârstă: „Tată, el este strămoşul nostru. Este datoria noastră să-l respectăm." Cei doi vârstnici s-au ruşinat să audă asta şi au atins de asemenea picioarele statuii cu mâinile lor.

Statuia era una rară şi profesorul şi domnul Singh se gândeau cum să o protejeze de bandiţi. Dorind să o studieze în detaliu şi să-şi publice munca la universitate, profesorul a sugerat că statuia ar trebui transferată la muzeul din Delhi. Între timp, îngrijitorul casei, Raghu, le-a spus că infamul bandit, Madho Singh, era foarte activ în zonă. Domnul Singh l-a întrebat pe Raghu dacă situaţia a fost raportată la poliţie. La aceasta, Raghu a zâmbit şi le-a spus pe un ton sacrastic că bandiţii erau atât de puternici, că până şi poliţia se temea de ei. Domnul Singh a spus apoi că era responsabilitatea lui să aibă grijă de siguranţa zonei şi că ar trebui să facă ceva în această privinţă.

În acea noapte, banditul a apărut şi a intrat în camera lui Sarita, împreună cu zece oameni înarmaţi. Madho Singh avea peste 1,80 metri înălţime, cu un corp atletic. El a luat-o pe Sarita şi a dus-o departe cu el. Toţi ceilalţi au fost legaţi cu frânghii şi şeful bandiţilor i-a spus lui Singh că trebuie să plătească o răscumpărare de 1,5 milioane rupii în timp de zece zile, dacă-şi doreşte fiica înapoi, altfel aceasta va fi tăiată în patru bucăţi, înainte să i-o înapoieze.

Toată lumea era afectată şi-şi imaginau ce poate fi mai rău. Deodată, ei au auzit un sunet, ca şi cum cineva s-ar mişca în grădină cu paşi foarte grei. Sunetul s-a deplasat şi a dispărut.

Tocmai sosit din sat, nepotul lui Raghu a deschis uşa, părând foarte tulburat. El le-a spus că banditii jefuiseră satul şi că acum se îndreptau spre junglă. Deodată, un ţipăt din spatele casei i-a făcut pe toţi să fugă într-acolo şi să vadă că statuia dispăruse din locul în care era adăpostită. Toată lumea a presupus că Madho Singh luase statuia, împreună cu Sarita, pentru a o vinde traficanţilor pentru câteva sute de mii de rupii. Toată lumea, în special Singh, se gândeau la Sarita şi la tratamentul crud pe care trebuia să-l îndure în mâinile chinuitoare ale banditilor. Desigur, poliţia nu era capabilă de acţiune, aşa că Singh a început să planifice cum să plătească răscumpărarea.

Sunetul unei împuşcături s-a auzit de la distanţă. Câteva momente mai târziu, sunetul cuiva care merge cu paşi foarte grei a fost auzit pentru a doua oară în grădină. Raghu, cu surpriza pe faţă, a intrat în cameră strigând la toată lumea să vină în grădină şi să vadă miracolul. Grăbindu-se în spatele casei, au văzut pe cineva care stătea pe scări în lumina obscură a dimineţii. Era Sarita, nemişcată şi inconştientă. Pe când domnul Singh o ridica în braţele sale, pentru a o duce în cameră, a văzut statuia că stătea în locul ei iniţial, în aceeaşi poziţie graţioasă ca la început, spre uimirea tuturor.

Revenindu-şi, Sarita şi-a descris experienţa în următoarele cuvinte: „Nu ştiu nimic, tată. Pur şi simplu îmi amintesc cum acei oameni mă duceau la maşină apoi conduceau prin junglă. Uneori luna se vedea şi alteori totul era întuneric. Mi-a fost foarte frică, dar nu am plâns. Un bandit gras stătea alături de mine şi conducea, iar un alt bandit stătea de cealaltă parte a mea. Deoarece drumul era rău, jeep-ul sălta mereu. Deodată, jeep-ul a oprit pe neaşteptate. Banditul gras, deşi a încercat

totul, nu a mai putut să facă jeep-ul să meargă. El a strigat la oamenii din celălalt jeep, întrebându-i ce este în neregulă. Tată, jeep-ul a început să de mişte înapoi. Banditul cel gras a ţipat la celălalt, cerându-i să vadă dacă cineva trăgea jeep-ul."

„Surprinzător", a spus domnul Singh şi i-a cerut să continue.

„Tată, banditii din celălalt jeep au sărit afară şi au venit spre jeep-ul nostru. Exact atunci, jeep-ul nostru s-a înclinat pe o parte, aruncându-l în afară pe banditul cel gras. Deoarece era aproape întuneric, nu am putut să văd nimic. Îmi era foarte frică. Strigând de teamă, banditii au început să tragă. Deodată, am simţit că cineva m-a ridicat şi am zburat de acolo. După aceea, nu-mi mai amintesc nimic. Am deschis pentru prima dată ochii când m-ai trezit", a spus Sarita.

Patru sau cinci oameni au apărut venind în fugă dinspre sat; păreau debusolaţi şi unul dintre ei striga: „Sir, banditii sunt morţi în junglă".

„Cum?" am spus toţi în acelaşi timp.

Omul a continuat, „Am plecat pentru o plimbare spre junglă dimineaţa şi am văzut banditii zăcând morţi şi maşinile lor răsturnate." Toţi oamenii s-au repezit spre junglă pe când zorile se iveau. Ajungând la faţa locului, au găsit jeep-ul strivit, ca o cutie de chibrituri. Unul dintre morţi a fost recunoscut ca fiind liderul banditilor, Madho Singh.

Corpul contorsionat al lui Madho Singh era o privelişte îngrozitoare. Mâinile şi picioarele lui erau rigide, ochii larg deschişi exprimau groaza, ca şi cum ar fi văzut ceva teribil, iar printr-o parte a gurii deschise îi curgea sânge. Profesorul părea palid, în timp ce Singh murmura: „Nici un om în viaţă nu ar putea să facă aşa ceva." Madho Singh ţinea ceva în mâna dreaptă. Profesorul i-a luat din mână o bucată de piatră triunghiulară şi a pus-o în buzunarul său. Celălalt jeep zăcea răsturnat în apropiere. Trupurile banditilor zăceau aruncate împrejur. Au murit de răni adânci, cu spaima în ochi. Armele

şi muniţia era împrăştiată peste tot. Toată lumea a fost surprinsă să vadă asta şi a crezut că a fost un act divin, deoarece nici un om nu era capabil de aşa ceva. Un om a fost trimis să cheme poliţia.

La întoarcere, Singh şi profesorul au verificat statuia. Sabia din mâna statuii era pe jumătate mânjită cu sânge uscat. Erau urme acolo unde gloanţele se loviseră de corpul statuii şi, cel mai incredibil dintre toate, urme de la ce păreau să fie sandalele statuii erau în pământul şi pe iarba din jurul soclului. Piesa triunghiulară de piatră, luată mai devreme de la şeful banditilor de către profesor se potrivea perfect într-un lăcaş din pălăria statuii.

După ce profesorul şi Singh au făcut speculaţii despre ceea ce s-a întâmplat, profesorul l-a sfătuit ca statuia să rămână acolo unde era. Aparent, putea să-şi poarte singură de grijă. Singh a fost de acord şi a anunţat că va repara casa, va ridica ziduri înalte în jurul statuii, pentru o mai bună protecţie, şi va transforma zona într-un templu. Ambii bărbaţi au fost de acord că credinţa totală a lui Sarita în strămoşul ei a fost aceea care a produs miracolul. În opinia mea, două lucruri sunt clare din această poveste: credinţa totală, abandonarea în faţa acesteia şi rugăciunile sincere pot chema un suflet din dimensiunile superioare, iar sufletul are toate puterile paranormale care sunt folosite în manifestarea lui.

Cazul 2[2]

Kabiruddin Sahib s-a născut în Rangoon, Burma. El a terminat clasa a şaptea sau a opta într-o şcoală din Rangoon, dar nu a fost interesat să înveţe. A început să citească Namaz (o sfântă scriptură musulmană), dar a lăsat-o neterminată şi s-a dus să se joace cu vagabonzii locali. Aceşti băieţi aveau caracter

rău, comiteau furturi şi alte infracţiuni minore. Kabiruddin muncea în hotelul tatălui său, unde de asemenea a fost prins furând. Tatăl său i-a dat nişte bătăi binemeritate. Mama lui l-a sfătuit să nu se implice în activităţi periculoase şi să citească Sfânta Scriptură. După spusele lui Kabiruddin, mama sa îl iubea foarte mult şi obişnuia să-l strige Heeria. Ea dorea ca băiatul ei să devină doctor, dar el era un hoţ recunoscut de la vârsta de doisprezece sau treisprezece ani. Traficanţii şi alţi oameni răi care frecventau hotelul tatălui său se poate să-i fi influenţat atitudinea lui Heeria. Mama lui pioasă îşi făcea regulat rugăciunile şi era plină de graţie, dar tatăl lui obişnuia să o bată. Evident, lui Heeria nu-i plăcea de tatăl său.

Heeria a fost admis la o şcoală engleză, dar a fost exmatriculat datorită absenţelor. Tatăl său îl bătea, iar mama sa îl îmbrăţişa cu dragoste. La acel moment, Burma se afla sub stăpânirea englezilor şi Heeria a văzut japonezii care bombardau totul. Tatăl lui Heeria a vrut să plece în India, dar japonezii au făcut acest lucru foarte dificil. În ciuda pericolului, mulţi indieni şi-au părăsit afacerile înfloritoare şi au fugit înapoi în India când armata japoneză a intrat în Burma. Familia lui Heeria a fost printre aceştia. Pe drumul spre India, bandiţii l-au ucis pe tatăl său. Apoi familia a avut multe probleme în cele două luni de mers prin jungla din Burma, în călătoria lor spre India. Cu mama sa curajoasă mereu protejându-l, ei au ajuns în sfârşit în Bengal, în estul Indiei.

Pentru a-şi câştiga existenţa, mama sa a cusut haine şi şi-au cumpărat o casă. Când Heeria a crescut mare, acesta a ocupat o casă părăsită de un hindus (după împărţirea Indiei) şi a condus o casă de jocuri de noroc. Această zonă a devenit parte a Pakistanului de Răsărit. Mama lui l-a sfătuit că nu este bine că se ocupă cu jocurile de noroc, dar lui nu-i mai păsa de mama sa şi, într-o zi, a pălmuit-o. Ea nu a acceptat niciodată bani din afacerile lui. Heeria s-a însurat cu o prostituată, şi-a cumpărat

o maşină şi trăia o viaţă de confort material. Apoi a început să facă afaceri cu drogurile mafiei. Mama lui s-a rugat pentru o schimbare, ca inima lui Heeria să se îndrepte spre divinitate.

În timp ce făcea afaceri cu un grup mafiot, unul dintre aceştia a fost prins pe un aeroport din străinătate. Avea la el droguri în valoare de zece milioane de rupii. Heeria a pierdut afacerea cu acel grup şi a fost momit într-o capcană întinsă de altă grupare, undeva departe de casă. A fost spânzurat cu o frânghie aruncată peste creanga unui copac, apoi legat de maşina sa. Corpul său, care se sprijinea pe nămol, se scufunda treptat. În mod normal, aceasta trebuia sa fie o lungă şi agonizantă moarte, pe măsură ce corpul său se scufunda şi frânghia se întindea în jurul gâtului. Îi era destinat să moară acolo, atârnat, cu mijlocul scufundat adânc în noroi, în timp ce avea ocazia să-şi privească propria moarte.

Cu cuvintele lui Kabiruddin Sahib, alias Heeria: „Exact atunci, am văzut o umbră umană apropiindu-se de mine dinspre un mic deal. Soarele tocmai apunea, împrăştiind amurgul peste tot. Deşi capul meu era întors într-o parte, am putut să văd o persoană venind spre mine. Am simţit că era o femeie care se acoperise cu o pânză albă de sus până jos."

„Femeia s-a îndreptat repede spre maşina mea. Primul lucru pe care l-a făcut a fost să taie funia care era legată de maşină. Asta a dus la eliberarea gâtului meu. Întreaga greutate a corpului meu a căzut din nou în mâlul moale, care a început treptat să mă înghită. Femeia purta o pânză albă şi faţa ei era pe jumătate acoperită. Ea a aruncat cealaltă jumătate a frânghiei spre mine şi a spus: «Heeria! Ţine-te de frânghie.»"

„Am fost zguduit. Femeia era mama mea. De unde apăruse mama mea? Cum de venise? La acel moment, nu mă puteam gândi limpede la aceste lucruri. Am prins bine frânghia, deşi mâinile îmi erau legate. Mama mea a început să tragă de frânghie. Dumnezeu ştie de unde avea atâta putere.

M-a tras afară din mâlul moale. Imediat ce am ieşit de acolo, am căzut la picioarele ei şi am început să plâng şi să suspin ca un copil. Mama mea m-a mângâiat pe cap cu dragoste şi mi-a spus: «Heeria al meu! Heeria al meu! Acum trebuie să citeşti în mod regulat Namaz.»"

„Ajutându-mă, mama m-a dus la maşină. Am strigat de durere când mi-a dezlegat mâinile. Am întrebat-o cum de a venit după mine. Mi-a spus cu dragoste: «Heeria! Când ai început să mergi spre zona aceasta, am ştiut de acest lucru. Imediat după aceea te-am urmărit. Am ştiut că nu mă vei asculta. Indiferent ce lucru vrei să faci, îl vei face. Şi totuşi inima mea este inima unei mame. Cum puteam să te privesc suferind în vreun fel? Mi-a fost frică de locul în care te duceai; acei oameni îţi doreau răul. Dar pe drum ai dispărut din faţa mea.»"

„Am întrebat-o: «Mamă! Nu te cred. Cum ai putut să vii atât de departe singură?»"

„Mama mi-a spus: «Acum nu întreba asta. Servitoarea pe care ai angajat-o pentru mine m-a ajutat mult. Este bine că am uitat drumul spre Dera şi am venit pe aici printre dealuri. Dacă nu aş fi venit pe aici, Dumnezeu ştie ce i s-ar fi întâmplat fiului meu, care este ca o bijuterie preţioasă. Acum să ajungem repede acasă.»„

„I-am sărutat mâinile şi am spus «Mamă, jur ca niciodată să nu mă mai întorc în lumea interlopă. Voi duce o viaţă pioasă. Voi citi Namaz de cinci ori pe zi şi te voi sluji pentru tot restul vieţii»."

„Mama zâmbea cu dragoste, pe când stăteam lângă ea în maşină. Pornind motorul, am condus grăbit spre casă. Ajungând în oraş, nu m-am întors la casa mea de jocuri de noroc, ci am condus spre casa noastră veche. Când casa noastră era la mică distanţă, mama a pus mâna pe mine şi a spus: «Heeria! Opreşte maşina.»"

„Am oprit maşina şi am întrebat-o: «Care este problema? De ce ne-am oprit aici? »"

„Mama a deschis uşa maşinii şi a ieşit afară. A spus: «Tu mergi acasă. Eu mă voi întâlni cu sora Aisha şi voi veni mai târziu. Am ceva important să-i spun.»"

„Am spus: «Bine mamă, te rog întoarce-te acasă curând. Mi-e foarte foame. Astăzi voi mânca mâncare făcută de tine.» Mama a zâmbit. În zâmbetul ei am simţit dorinţă şi dezamăgire. Nu m-am mai gândit la asta şi am început să conduc spre casă. Ajungând acasă, am văzut că luminile erau aprinse, uşa era deschisă şi oameni stăteau în hamace. O persoană în vârstă a venit şi mi-a spus: «Aceasta a fost voinţa lui Dumnezeu ». Nu am înţeles. Intrând în casă, îngrijitoarea a început să plângă şi a spus: «Mama ta a murit. A mâncat puţin după-amiază, s-a plâns de o durere în piept şi s-a întins pe pat. Te-a strigat odată, i-a vorbit lui Dumnezeu, cerând binecuvântare pentru tine, apoi a murit.»"

„Mama murise, aceeaşi mamă care fusese cu mine cu puţin timp în urmă, care mă trăsese afară din capcana care îmi fusese întinsă şi care mă adusese la uşa casei sale. Am intrat în cameră. Femei citeau ceva în jurul patului, unde corpul mamei mele stătea înfăşurat în haine albe. Una dintre femei a spus: «Femeia aceasta cumsecade şi-a amintit de tine înainte să moară». Am ţipat, mi-am pierdut firea şi am căzut jos la pământ. Vă spun faptele şi vă spun, când mama mea a venit în pădure să mă ajute să scap de moarte, ea era deja moartă. Puteţi să nu mă credeţi. În inima voastră puteţi să credeţi că vă mint, dar nu mă interesează să vă conving că acesta este adevărul. Ştiu că spun adevărul. Când mama mea a venit la mine, trupul ei mort era întins pe pat în casa ei. Care este adevărul? Care este secretul? Nici eu sau voi nu-l veţi găsi. Să lăsăm ca secretul să rămână secret."

Acestea au fost evenimentele povestite de Kabiruddin Sahib, cu faţa sa bătrână aplecată spre piept, cu lacrimi curgându-i din ochi. De atunci nu a mai dorit să locuiască în acel oraş. Ochii săi au căutat-o pe mama sa pretutindeni. Şi-a pierdut ambele picioare datorită unei infecţii. Totuşi, se târăşte la moscheie de cinci ori pe zi pentru a citi Namaz, după dorinţa mamei sale, deşi era bogat şi avea ajutoare care să-l ajute. La sfârşit a spus: „Poate că în felul acesta Dumnezeu are grijă de mine, poate că mă iartă şi mama poate că de asemenea mă iartă."

Deşi detaliile textului original au fost omise, totuşi am păstrat suficient material pentru a arăta relaţia dintre mamă şi fiul său, în special dragostea ei necondiţionată şi profundă pentru el, care au dus la evenimentele povestite. Următoarele lucruri sunt de reţinut din acest caz: mama lui Heeria a ştiut telepatic că fiul ei intenţiona să meargă la traficantul mafiei, că acest traficant dorea să-i facă rău şi că fiul ei ar avea nevoie de ajutor pentru a supravieţui. Dorinţa ei de a-l ajuta a fost atât de puternică, încât şi-a părăsit trupul. După ce a ieşit din trup, mama lui avea un trup astral, care era exact la fel ca şi corpul fizic de pe pământ. Fiul ei credea că mama lui este în viaţă, când îl ajuta. Corpul astral al mamei sale avea puteri paranormale şi a putut să interacţioneze cu obiectele fizice.

Cazul 3[3]

În acest caz, o persoană îşi descrie cu propriile cuvinte experienţa unei călătorii în timp înapoi cu două sute de ani, din 1997 înapoi în 1797.

Lăsând în urmă pe prietenul meu Dileep, care era încă ocupat cu rugăcunile, am ieşit afară din templul lui Sankatamochan Mahavirji la orele 11 a.m. După o dimineaţă de meditaţie,

rugăciuni şi hrană binecuvântată, am plecat într-o plimbare. Nu eram sigur cât îi va mai lua lui Dileep să-şi facă rugăciunile.

Deodată mi-a venit dorinţa de a intra în junglă. Auziesem că, în urmă cu câteva sute de ani, aici fusese o pădure imensă. Când Goswami Tulsidas a construit templul cu aproape patru sute de ani în urmă, împrejurimile probabil că erau foarte diferite. Gândindu-mă la acest lucru, am intrat adânc în pădure, care mă îmbia să merg mai departe în profunzimea ei. Proaspăt şi plin de energie, cu cât mergeam, cu atât mai mult voiam să mai merg mai departe. Am privit la ceasul meu şi era ora 11:45 a.m. Eram sub vraja pădurii şi nu mă gândeam să merg înapoi. În curând era amiază şi, gândindu-mă la Dileep, m-am întors din drum. Deodată, am auzit sunetul unui fulger şi un vânt puternic a început să sufle şi copacii au început să se clatine. Îmi era greu să mă ţin pe picioare. Era o vreme foarte neobişnuită pentru luna octombrie. După ce am fugit o vreme, brusc mi-am dat seama că pierdusem drumul de întoarcere la templu, dar că găsisem inima junglei imense, aşa cum existase ea cu patru sute de ani în urmă.

Furtuna s-a oprit şi sunetul maimuţelor şi al păsărilor, în mod ciudat, nu s-a mai auzit. Lumina soarelui filtrată de copaci era roşie şi aerul mirosea minunat de pur, lucru pe care nu l-am înţeles. Acum era ora 12:10 p.m. Mă rătăcisem în numai zece sau cinsprezece minute. Privind prin jungla densă, am văzut un templu. Am crezut că cineva mă strigă pe nume. Intrând în templu, am descoperit o statuie în mărime naturală a zeiţei Kali, cu o mătanie lungă şi groasă de flori în jurul gâtului, cu limba roşie lipită în afară, cu ochii sclipitori şi strălucitori şi cu o sabie şi un scut în mâini. M-am înclinat în faţa statuii zeiţei. Deodată, am auzit o voce gravă „Ai venit, fiul meu Ram Prasad?"

Uimit, am crezut că statuia vorbea. Dar vocea venea dintr-o parte: „Priveşte aici, sunt aici." Un *sadhu* stătea în *padmasana* (postura lotus) pe o piele de cerb, în templul slab luminat.

Întrebând pe sadhu cum de mă cunoaşte, el mi-a spus: „Ram Prasad, te aşteptam de mult timp. Am ştiut că ai să vii astăzi. Nu ar trebui să te cunosc?" L-am întrebat de drumul înapoi spre templul Sankatamochan. Sadhu mi-a răspuns: „Drumul spre templul Sankatamochan era doar un pretext. Trebuia să ajungi aici. Astăzi este lună plină, cele două săptămâni de întuneric încep mâine."

Începeam să-mi fac griji. Sadhu părea să fie un sfânt, înalt de 1,80 metri, bine clădit, complet negru, cu părul lung nepieptănat, cu o bulină roşie pe frunte, ochii mari sub sprâncene groase şi cu o mătanie de mărgele şi mici oase în jurul gâtului – chiar şi urechile le avea străpunse cu oase mici. Avea brăţări de fier la încheieturile mâinilor şi o piele de cerb în jurul taliei. Eram uluit, dar puterea personalităţii sale îmi poruncea să-l ascult.

Sadhu a spus că eram în timpul *raja* (regelui) Chet Singh şi Warren Hastings. Anul era 1797 şi nu 1997. Sadhu îndeplinea ritualurile pentru a ajunge la *trikal siddhi*, care i-ar da puterea să călătorească în viitor; el avea deja puterea să călătorească în trecut. Ram Prasad trebuia să fie sacrificat pe altar pentru a-i face pe plac zeiţei Kali şi pentru acest motiv el fusese adus înapoi în timp. Zeiţa Kali îi poruncise acest lucru. Ram Prasad l-a văzut pe Anand Narain, ministrul regatului, şi pe alţii purtând haine în stilul acelor ani. A văzut o frumoasă tânără numită Bhairvi. Era o virgină adusă de către sadhu pentru scopurile lui sacre. Sadhu, pentru câteva rupii, o cumpărase când aceasta era doar un copil.

Ram Prasad a fost legat de un copac cu frânghii pentru a nu fugi. Cu forţa i s-a dat un vin special, pentru a nu-i crea probleme lui sadhu. Ram Prasad îşi pierduse orice speranţă de a scăpa din ghearele lui sadhu. Totuşi, fata Bhairvi, care era ea însăşi o captivă, căuta de asemenea o posibilitate de a scăpa.

Şi-a încercat norocul să-l omoare pe sadhu cu o sabie. Tăind legăturile lui Ram Prasad, ea a spus: „Fugi, prostule."

Pe când Bhairvi tăia frânghiile care-l legau, un fel de fulger i-a apărut lui Ram Prasad. Avea sentimentul că o puternică furtună se dezlănţuise afară. Felinarul s-a stins şi Ram Prasad şi-a pierdut conştiinţa.

„Când am deschis ochii," spune Ram Prasad, „M-am găsit singur în profunzimea pădurii. Alarmat şi uimit, nu am putut să o văd pe Bhairvi, pe sadhu, nici pe ministrul Anand Narain. Nu era nici un templu, doar pădurea de jur împrejur. Am ieşit din transă salvat de un miracol. Mi-am închis ochii şi l-am salutat pe Sri Sankatamochan. Fără îndoială, binecuvântarea lui mă salvase. Am început să alerg. Din fericire, alergam spre templul lui Sri Sankatamochan."

Povestea continuă: l-am întâlnit pe Dileep pe drum. Părea confuz. M-a întrebat „Unde ai fost, Ram Prasad? Te caut de când am plecat din templu."

Ce puteam să spun? „Frate, am fost atras într-o taină. Cumva, am fost salvat. Mă căutai de ieri?"

„Cine a spus că te caut de ieri? Ai fost în templu doar cu puţin timp în urmă."

Surprins, am spus: „De ieri, am fost captivul unui sfânt. Urma să mă sacrifice la altar."

„Ce prostii vorbeşti?" Dileep şi-a privit ceasul şi a spus: „Numai zece minute de când am ieşit din templu după rugăciuni."

Mi-am privit de asemenea ceasul. Ce surpriză! Ziua şi ora erau aceleaşi ca atunci când părăsisem templul lui Sri Sankatamochan, adică 12:20 p.m. Care este răspunsul la mister? Am trăit un vis?

Dileep a spus „De unde ai această mătanie de flori roşii după gât?" Am fost uimit să descopăr că am în jurul gâtului o mătanie de flori roşii. Sfântul îmi pusese după gât mătania înainte să mă sacrifice. Cu o smucitură am aruncat-o departe. „Oh, oh, nu o

arunca" a spus Dileep şi s-a grăbit la locul unde mătania căzuse, dar nu a mai găsit-o. „Ce este acest joc?". A fost atât de surprins. „Mătania a căzut în faţa mea şi acum a dispărut."

Apoi am înţeles totul. Am spus „Mătania aparţinea unui timp cu două sute de ani în urmă. S-a întors acolo de una singură. Atâta timp cât îmi atingea trupul, putea să existe în timpul nostru."

„Cred că ai înnebunit", a spus Dileep şi m-a luat de mână. „Să mergem. Trebuie să ne întoarcem la Dharmshala."

„Aşteaptă", am spus, „Lasă-mă să văd dacă templul este la locul lui." Am intrat în pădure. După o lungă căutare, am găsit un loc deschis. Într-o grămadă de pietre sparte şi cărămizi, am găsit rămăşiţele unei cisterne de lemn. Era pătată cu sânge uscat, cât de vechi, nu puteam şti. „Templul era aici, prietene", am spus. Două sute de ani. Nu am avut un vis. Cu siguranţă că sfântul era un siddha. Am călătorit înapoi în timp de două sute de ani. Dar bietul om nu şi-a putut finaliza ritualul. A fost întrerupt de către Bhairvi. „Bea ceai fierbinte, poate că atunci îţi vei veni în fire", m-am gândit. Frumuseţea tulburătoare a lui Bhairvi încă era în faţa ochilor mei.

Acest caz ne arată câteva lucruri: Există o condiţie mentală particulară şi o conjunctură în care călătoriile în timp pot avea loc. O experienţă îndelungată în antichitate corespunde unei perioade de timp foarte scurte în prezent. Este dificil pentru alţii neimplicaţi în eveniment să creadă – chiar rudele şi prietenii privesc o astfel de experienţă ca o fantezie. Un obiect din trecut rămâne vizibil atâta timp cât este conectat cu un obiect din prezent. De îndată ce asocierea este ruptă, obiectul din trecut dispare.

Sute de mii de astfel de experienţe au fost relatate în India de mii de ani. Aceste trei cazuri sugerează că sufletul posedă toate puterile paranormale identificate în descoperirile teoretice anterioare.

CAPITOLUL 11

DOVEZI ŞTIINŢIFICE ALE EXISTENŢEI SUFLETULUI

Fenomenul sufletului este infinit în natură. Pentru acest motiv, tradiţia ştiinţifică se poate să nu fie capabilă să-l accepte deoarece, deşi este un eveniment repetat, nu poate fi reprodus şi testat în laborator. În secolul douăzeci, odată cu apariţia fizicii cuantice, unii cercetători au ajuns să creadă în existenţa fizică a sufletului, în special aceia care au avut experienţe spirituale personale. Sufletul este o entitate cuantică şi entităţile cuantice pot fi experimentate numai după impresiile pe care le lasă, nu în esenţa lor, deoarece această esenţă nu poate fi măsurată.

Cu patru sute de ani în urmă, Descartes a împărţit lumea în două părţi distincte: ştiinţa şi religia, ştiinţa fiind obiectivă, iar religia subiectivă. Această împărţire persistă. Sunt yoghinii şi alţi oameni cu o concepţie spirituală asemănătoare, care trăiesc

unirea subiectivului cu obiectivul, când privitorul, obiectul văzut şi vederea devin una. Aceasta este condiţia sub care fiecare se trăieşte pe sine ca suflet. Nivelul sufletului se poate să nu fie niciodată atins de ştiinţă, chiar după ce călătoriile intergalactice vor deveni o realitate, deoarece infinitul nu poate fi cuprins de finit. Cu toate acestea, fizica cuantica are potenţialul să descopere efectele şi astfel energia sufletului. Astfel avem maeştri spirituali care influenţează lumea fizică a ştiinţei.

Există două seturi de proprietăţi care sunt comune cuanticii şi entităţilor spirituale.[1]

Primul este un set de patru proprietăţi:

1. Proprietatea undei – Un obiect cuantic (de exemplu un foton) poate fi în mai mult de un singur loc în acelaşi timp.

2. Colapsul undei – Despre un obiect cuantic nu se poate spune că se manifestă în realitatea noastră spaţio-temporară, până ce nu îl observăm ca particulă.

3. Saltul cuantic – Un obiect cuantic poate înceta să existe aici şi simultan să apară în altă parte, fără să treacă prin spaţiul existent între cele două poziţii.

4. Acţiunea la distanţă cuantică – O manifestare a unui obiect cuantic, cauzată de observarea noastră, poate să influenţeze simultan obiectul cuantic geamăn cu care este în legătură, indiferent cât de departe sunt unul de celălalt.[2]

Următorul set are opt caracteristici majore:

1. Nu există o realitate profundă (teoria şcolii de la Copenhaga a lui Niels Bohr).

2. Realitatea este creată prin percepţie/observare (partea secundară a interpretării savanţilor de la Copenhaga, susţinută de către John Wheeler şi Fred Wolf).

3. Realitatea este o totalitate nedivizibilă (concepţia lui Walter Heitler, Fritjof Capra şi David Bohem).

4. Realitatea consistă într-un număr în creştere constantă a universurilor paralele (de la Hugh Everett la Paul Davies).

5. Lumea se conformează unui tip de raţionament nonuman (în logica matematică a lui George Boole).

6. Neorealism: Lumea este alcătuită din obiecte comune (teorie susţinută de Albert Einstein, Max Planck, Louis DeBroglie, David Bohm şi Erwin Shrodinger).

7. Conştiinţa creează realitatea (de la Walter Heitler, Fritz London, Henry Stapp, Eugene Wigner şi John von Neumann – o teorie ciudată cu susţinători deosebiţi).

8. Lumea este dublă, răsucită în două straturi, şi consistă din potenţialităţi şi concretizări (Werner Heisenberg)[3]

După Herbert, sunt prea multe presupuneri despre natura entităţilor cuantice şi toate se pot dovedi greşite. Cu toate acestea, merită să căutăm un răspuns.[4] Şi Claire Walker adaugă o nouă întrebare: „Vor fi simţurile psihicului implicate în a o găsi şnatura entităţilor cuanticeţ, aşa cum sunt cu siguranţă implicate în înţelegerea discuţiei?"[5] La această întrebare mă voi strădui să răspund.

Susţin încă o dată că ştiinţa urmează spiritualitatea, ştiind acest lucru sau nu, fără ca ştiinţa tradiţională să recunoască spiritualitatea. Aproape toate afirmaţiile de mai sus au fost folosite de mult timp de majoritatea religiilor. Oamenii de ştiinţă, pierzându-şi dovezile pentru a accepta realitatea, s-au întors spre spiritualitate pentru indicii.[6] După părerea mea, va veni o zi când ştiinţa se va integra înapoi în spiritualitate. Ştiinţa întotdeauna şi-a modificat concepţiile fundamentale – de la Galileo la Copernic, la Newton şi la Einstein – şi o

următoare revizie se apropie prin intermediul teoriei cuantice. Pe măsură ce ştiinţa preia indicii şi îndrumare de la spiritualitate, mai multe mistere vor fi clarificate.

Sarcina de a dovedi că sufletul este cuantic nu revine ştiinţei, deoarece nu ştiinţa a inventat misterul care învăluie sufletul. Este religia aceea care îşi predică concepţiile despre suflet din timpuri imemorabile. Mai departe, nu este doar ştiinţa tradiţională care doreşte aceste dovezi şi nici spiritualitatea, deoarece spiritualitatea nu are nevoie de dovezi, deoarece are toată credinţa în valabilitatea lor. Cine altcineva atunci are nevoie de astfel de dovezi? Parapsihologia are nevoie, deoarece doreşte să acţioneze la fel de sistematic şi obiectiv cum face ştiinţa. Ştiinţa tradiţională încă nu recunoaşte parapsihologia ca ştiinţă. Preocuparea noastră este să arătăm că sufletul este cuantic şi că metoda dovezilor nu poate fi ştiinţifică; mai degrabă va trebui să se sprijine pe deducţii şi probe întâmplătoare.

Câteva milenii de informaţie sunt disponibile datorită metodelor religiei, spiritualităţii şi filosofiei.[7] Când Domnul Iisus Hristos a spus că, în Cer, El şi cu Tatăl sunt Unul, el s-a referit la Sinele transcendent, care este indiciul sufletului, un element permanent şi un mijlocitor între el şi Dumnezeu.[8] Aceasta indică natura cuantică a sufletului. În acelaşi fel, conceptul de Dumnezeu al lui Gautam Buddha era „Lumina infinitului" şi L-a descris ca având atribute cuantice.

Filosofia din Upanişade a fost dezvoltată şi îmbogăţită în lucrarea Bhagavad Gita şi sistematizată în final în *Vivek-Chudamani* (Bijuteria coroanei Înţelepciunii), de către Shankara, în secolul nouă d.Hr. Shankara observă:

> Înţelege, ceea ce cunoşti din „Acela" – Brahman este ceea ce este neatins de cele şase slăbiciuni umane (foamea, setea, invidia, deziluzia, descompunerea şi moartea);

aceasta este realizat în inimile yoghinilor (adică în Samadhi), nu poate fi perceput de simţuri, este imperceptibil de intelect sau minte.
Prin cunoscute deducţii logice şi prin intuiţie pe tine însuţi te împlineşte ca Atman, aşa cum semnificaţia unui cuvânt este înţeleasă; certitudinea acestui adevăr va fi stabilită fără dubii ca şi apa (ţinută) în palma unei mâini.[9]

Fizicienii au câteva indicii de testat ca să stabilească pe viitor proprietăţile obiectelor cuantice. În ierarhia planelor universului, când individul evoluează de la planul mental la următorul plan, cel intuitiv, corpul subtil este lăsat în urmă, acela trăieşte ca un „suflet amorf" şi apoi sunt întâlnite proprietăţi şi mai deosebite ale naturii cuantice.

Experienţa mea personală cu sufletul

În capitolul 10, am comparat cercetările Eului şi ale Sinelui prin intermediul viselor la Carl Jung şi studiul lui Atman sau sat-cit-ananda, prin intermediul yoga şi meditaţiei la Sri Aurobindo. Carl Jung a argumentat că Eul este centrul lumii fenomenelor, în timp ce Sinele este centrul întregului psihic. În modelul lui Jung, Eul are grijă de personalitatea exterioară, în timp ce Sinele are grijă de personalitatea interioară. După el, Sinele este o submulţime a psihicului, care este o „totalitate". Psihicul este universal, colectiv, etern, unic, un principiu cosmic şi o existenţă în şi prin sine. După Sri Aurobindo, Eul este centrul minţii exterioare, în timp ce psihicul existent este centrul subliminalului. El a împărţit Sinele în două părţi – jivatma şi psihicul existent. În timp ce jivatma este un fragment din divinitate, este universal şi de asemenea individual, psihicul existent se mărgineşte la simpla

individualitate. Sfântul sufist Meher Baba a spus de asemenea că atunci când inconştientul este adus în conştient, este împlinirea elementului etern care poate fi numit suflet. Religiile tradiţionale îl numesc Dumnezeu.[10] Astfel, psihicul lui Jung, Atman al lui Sri Aurobindo şi sufletul lui Meher Baba au toate o natură cuantică, având cu mult mai multe proprietăţi decât a descoperit până acum teoria cuantică.

Cele trei cazuri reale prezentate în capitolul 10 demonstrează proprietăţile cuantice ale sufletului. Nenumăraţi yoghini din întreaga lume au raportat că au ajuns în dimensiunile superioare, cu trupul sufletului, demonstrând proprietăţile cuantice.[11] Aici, voi povesti pe scurt una dintre experienţele mele, pe care am avut-o curând după ce am fost martorul trezirii energiei mele Kundalini:[12]

> M-am trezit că stăteam în faţa unei fortăreţe transparente, cu un canal cu apă cristalină curgându-i prin mijloc. Erau porţi de ambele părţi. Oamenii se deplasau încet în rând, intrând prin poarta stângă şi ieşind prin cea din dreapta. Oamenii erau sub forma unor puncte invizibile, având aure semi-circulare de lumină în jurul lor; aura era ceea ce putea fi văzut sau recunoscut. Am plutit în cer şi am putut vedea trei oameni la sol vorbind între ei. După o vreme, am primit instrucţiuni mentale de la unul dintre cei trei care-mi spunea să merg înainte. În clipa în care m-am decis să plec de acolo, m-am găsit într-un alt loc, cu pajişti verzi, copaci şi lacuri, cu o zonă plăcut iluminată în albastru-verzui, deşi lumina nu avea o sursă vizibilă.
> Eram pe deplin conştient că eram acolo. Deodată, m-am gândit să-mi privesc trupul. Am văzut că nu aveam mâini, picioare sau orice alt corp fizic. Pur şi simplu eram acolo. Puteam să văd simultan în toate direcţiile. Plin de fericire şi beatitudine, mă deplasam încet spre un râu de un albastru curat, atât de lat încât părea să fie un ocean.

Călătorind în linie dreaptă, am avut o experienţă minunată până când am traverst apa şi am ajuns pe malul celălalt. De acolo, un grup de munţi a apărut, dar de îndată ce m-am apropiat de ei, m-am trezit în corpul meu fizic, înapoi pe pământ.

Am avut multe astfel de vise, viziuni şi experienţe de extracorporalizare, în special în 1987. Pot confirma prin propriile mele experienţe că sufletul este o existenţă invizibilă. Poate dispărea dintr-un loc şi să apară simultan într-un altul pe calea gândului. Poate comunica cu alte suflete în mod telepatic şi ne recunoaştem unii pe alţii prin intuiţie. Acestea sunt proprietăţile cuantice pe care le are sufletul. Poate că şi alte proprietăţi ale naturii cuantice pot fi descoperite printr-o parcurgere a altor experienţe – ale mele şi ale altora.

Analizând realitatea

Există o dovadă copleşitoare că Atman, sau sufletul, este în întregime cuantic în natură şi nu doar un aspect nonlocal al fiinţelor umane. Experienţa spirituală, psihologia, parapsihologia şi studiile de caz individuale, toate au probat acest lucru. Totuşi, această dovadă este bazată pe probe detaliate şi intuiţie, nu pe teste de laborator controlate, deoarece sufletul poate fi observat doar prin intuiţie şi experienţă spirituală. De fapt, povara trebuie să fie pe fizica cuantică, care să dovedească că poate explica proprietăţile sufletului, şi nu pe alte mijloace existente.

Dar vai, oamenii de ştiinţă, chiar dacă pot urma îndrumările primite de la spiritualitate, cu intenţie sau nu, de obicei nu o respectă aşa cum trebuie. Din acest motiv, în ciuda progreselor uriaşe făcute de ştiinţă, tehnologia nu aduce pacea

în inimile umanităţii. Chiar dacă colonizarea galactică pare să fie o posibilitate realistă în viitor, ca şi alte isprăvi precum teleportarea unei persoane dintr-un loc într-altul, competiţia, frica, gelozia şi nefericirea vor domni în continuare în societate. Aceasta este datorită faptului că realităţile spirituale nu sunt respectate. Oamenii se apucă de meditaţie şi introspecţie nu din alegere, ci din constrângere. În opinia mea, cel mai bun răspuns este o sinteză a ştiinţei cu spiritualitatea, deoarece amândouă sunt necesare evoluţiei şi dezvoltării generale a umanităţii. Acest lucru se întâmplă acum.

Cea de-a doua parte a interpretării de la Copengaha a teoriei lui Niels Bohr, sugerează că realitatea este creată prin observaţie. Dacă aceasta pare să fie corectă, în acest caz conştiinţa creează realitatea. Vă amintiţi de sticla care ilustra cele şapte diviziuni ale universului? Aşa cum sticla va apare că are numai pietre dacă observatorul are doar percepţia fizică a solidelor, ea va avea numai apă dacă observatorul are doar simţul pentru lichid în mintea sa.

Totul în lume există şi realitatea percepută va depinde de conştiinţa observatorului. Un om care stă într-un restaurant şi care, simultan, mănâncă şi citeşte o carte, poate să nu fie atent la gustul mâncării dacă este absorbit profund în lectură. Un claxon de maşină în stradă, mirosul trandafirilor în grădină şi muşcătura unui ţânţar pot să nu constituie realităţi pentru el, deoarece nu este conştient de ele, deşi acestea există. Deodată, un claxon puternic poate să-i distragă atenţia de la mâncat şi citit, iar zgomotul devine singura realitate pe care o percepe. În mod similar, o persoană de lume trăieşte şi deduce doar realitatea lumii materiale pe care o percepe. Un om care practică meditaţia prin contemplare poate să trăiască în realitate lumii astrale, deşi lumea fizică există în jurul său. În acelaşi fel, un sfânt sau un profet pot să trăiască realitatea beatitudinii sufletului cosmic, deşi ambele lumi, cea fizică şi

astrală îl învăluie şi îi stau la dispoziţie. Chiar în treburile lumeşti, cineva cu o dispoziţie veselă va găsi în lume fericire, deoarece atenţia îi este atrasă de frumos. O persoană cu o dispoziţie melancolică poate trage concluzia că toată lumea ar trebui să fie nefericită, deoarece atenţia îi este atrasă de ceea ce este greşit, după judecata sa. Lumea pare să fie aşa cum o judecăm că este.

Nu sunt în întregime de acord cu prima parte a interpretării de la Copenhaga, care spune că nu există o realitate profundă, întrucât cunoaşterea este fără sfârşit şi întotdeauna va mai fi un pas de făcut în acest sens. Dumnezeu este infinit şi hinduismul spune că, chiar dacă întreaga suprafaţă a lumii ar fi folosită ca hârtie şi întregul ocean ar fi folosit ca cerneală, atributele integrale ale lui Dumnezeu nu ar încăpea în listă. Poate că Niels Bohr a avut dreptate dacă temerile lui priveau realităţile cunoscute de umanitate până în prezent, dar el a greşit dacă vorbeşte despre realităţi în general, pentru că necunoscut este infinitul, în timp ce partea pe care o cunoaştem este clar finită.

Punctul al treilea al interpretării de la Copenhaga pretinde că realitatea este o totalitate indivizibilă. Toate religiile ne învaţă acest lucru şi aceasta este de asemenea experienţa spirituală a sfinţilor şi a persoanelor care şi-au împlinit Sinele. Cel de-al patrulea punct totuşi, necesită o evaluare atentă. Realitatea are un număr infinit de universuri paralele. Aceasta este adevărat în sensul că, în fiecare zi, un nou univers este descoperit. Dar numărul total de universuri, ca totalităţi, pot să fi fost deja create. S-ar putea să ajungem la acest adevăr în mod gradual. O nouă stea care este descoperită se adaugă la biblioteca universului fizic, dar poate că acolo sunt un număr infinit, necunoscute lumii fizice. Totuşi, anumite religii susţin că noi universuri sunt create şi distruse continuu până la ultima realitate, aşa că în această privinţă se poate să nu existe

un număr fix. Experienţele spirituale sugerează că toate lucrurile sunt într-o continuă stare de schimbare.

Cel de-al cincilea punct al interpretării pare corect. Raţiunea umană este finită (după cum realitatea ca totalitate ne este necunoscută) şi legi dincolo de înţelegerea umană guvernează universul. Evenimente paranormale precum telepatia, telekinezia, precogniţia şi levitaţia poate că sunt dincolo de înţelegerea umană. Maharaj Nisargadatta are un punct de vedere interesant când spune „Partea din tine care se gândeşte la ea însăşi ca la un om, nu este umană."[13] În acelaşi mod, punctul şase, care spune că lumea este făcută din obiecte obişnuite, poate fi adevărat atâta timp cât vizată este lumea fizică. Totuşi, la baza acestei interpretări, este întrebarea din ce este compoziţia fundamentală a obiectelor obişnuite.

Faptul că conştiinţa creează realitatea (punctul şapte) este corect şi demonstrat anterior, la fel ca şi punctul opt, care enunţă că lumea este dublă, constituită din potenţial şi real, efectiv. De fapt, realitatea ultimă are două diviziuni, aşa cum este arătat de înţelepciunea spirituală: potenţialul şi partea cinetică. Energia potenţială corespunde stării statice de saccidananda, rezerva latentă şi energia cinetică care este responsabilă de creaţia universului şi a obiectelor din el, căruia hinduismul i-a dat numele de Kundalini.

Totuşi, simţurile psihicului vor fi cu siguranţă implicate în găsirea răspunsurilor în ceea ce priveşte realitatea cuantică. Când cineva doreşte să aibă o cunoaştere directă intuitivă, atunci poate vorbi, dacă doreşte să facă acest lucru, cu autoritatea experienţei, şi va căuta această experienţă pentru el însuşi. Altminteri, după multe căutări, va trage concluzii şi tot nu va avea siguranţă în rezultatul găsit. De aceea Herbert a spus că toate cele opt concepţii despre realitatea cuantică, care alcătuiesc interpretarea de la Copenhaga a teoriei lui Bohr, pot fi greşite. Această incertitudine se datorează majorităţii

oamenilor de ştiinţă care nu trăiesc realitatea în mod intuitiv; ei emit axiome teoretice şi, din acest motiv, apare necesitatea de a trăi subiectiv realitatea.

Punctele de vedere propuse de realitatea cuantică nu sunt în conflict unele cu altele; mai degrabă ele par să existe simultan. Ele sunt presupuneri bazate pe observaţii. Detaliile vieţii în fiecare din cele şapte dimensiuni ale universului, aşa cum sunt ele prezentate în capitolul 5, pot oferi idei constructive pentru studiile fizicienilor şi ale oamenilor de ştiinţă în general. Oricum, sunt multe proprietăţi găsite care pot fi asociate cu obiectele cuantice. Aş sugera că, în paralel cu sufletul, un obiect cuantic poate avea următoarele proprietăţi:

1. Existenţă autonomă: Obiectele cuantice sunt elementele fundamentale ale existenţei, nu rezultatul sau produsul vreunui procedeu. Orice alt lucru este constituit din ele; nu există în univers elemente care să nu fie formate din obiecte cuantice. De aceea un obiect cuantic precum conştiinţa nu are o cauză anume şi are o existenţă autonomă. Această proprietate este sugerată de „filosofia veşnică", care enunţă că Dumnezeu este singurul autor al Creaţiei. Energia lui cinetică, care este de natură cuantică, este creatoarea a tot ceea ce există în univers (vezi, de exemplu, Bhagavad Gita). În Biblie este scris „La început era Cuvântul, şi Cuvântul era la Dumnezeu, şi Dumnezeu era Cuvântul. Acesta era întru început la Dumnezeu. Toate prin El s-au făcut; şi fără El nimic nu s-a făcut din ce s-a făcut." (Ioan 1:1-3) Astfel, vibraţia care nu se opreşte, sau Cuvântul, este energia cuantică a lui Dumnezeu.

2. Caracter fundamental: La baza existenţei se află obiectul cuantic

3. Omniprezenţă: prima şi a treia proprietate enunţate de fizicianul Amit Goswami se unesc într-o proprietate care înseamă că un obiect cuantic se poate afla în mai mult de un

loc în acelaşi moment şi poate înceta să existe într-un loc şi să reapară în altul, fără să treacă prin spaţiul dintre cele două locaţii. Aceasta este proprietatea de omniprezenţă, atribuită doar lui Dumnezeu. Dar deoarece sufletul este conţinut de Dumnezeu, sau este una cu Dumnezeu, sufletul are de asemenea această proprietate. A doua dimensiune în ierarhia de şapte plane ale Universului are această proprietate. Aceasta poate explica cum de poţi vedea în jurul tău rude care au murit, cu câteva zile înainte de propria-ţi moarte. În planul astral, în clipa în care doreşti să fii împreună cu cineva, instantaneu vei fi cu el. Acestea sunt proprietăţi cuantice. Proprietatea este prezentă de asemenea în planul mental, a cărui dimensiune inferioară este numită rai de către tradiţia religioasă, deoarece corpul mental este compus din vibraţii mai rafinate decât cele din planul astral. Prin urmare, corpul mental, de asemenea un obiect cuantic, este omniprezent.

4. Omnipotenţa: Fiinţele din planul astral pot crea instantaneu mâncarea pe care o preferă, doar gândindu-se la ea – sau, în acelaşi mod, haine, vehicule, case, flori, sau orice alt lucru pe care îl doresc. Ei pot chema orice persoană la ei, pot să meargă oriunde în planul astral sau fizic şi pot, de fapt, să-şi creeze lumea pe care o doresc. Nu sunt acestea proprietăţile omnipotenţei? Fiinţele din fiecare plan succesiv au această capacitatea din în ce mai bine definită. Enorma energie produsă de un atom care se dezintegrează este dată de formula: $E = mc^2$, care este un exemplu de acţiune la nivel cuantic.[14] Ştiinţa dezvoltă şi alte utilizări ale energiei cuantice. În ultimă instanţă, cred că fizica va ajunge la concluzia că un obiect cuantic este omnipotent.

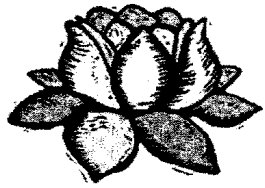
5. Atotştiutor: fiinţele din planele astral şi superioare au capacitatea de a cunoaşte instantaneu ce se întâmplă oriunde în dimensiunea lor sau în orice dimensiune inferioară. Astfel, o fiinţă din planul mental, planul despre care se ştie că este casa

sfinţilor şi profeţilor, va cunoaşte instantaneu orice lucru care se întâmplă în planele mental, astral sau fizic. Natura cuantică a fiinţelor care aparţin planului mental este mai liberă de impurităţile Eului. Astfel Dumnezeu, care este deasupra oricărui plan imaginabil, este, fără îndoială, atotştiutor. Eşti mai atotştiutor, cu cât urci treptat de la planul cel mai de jos spre cel mai înalt. Aceasta sugerează că obiectele cuantice sunt de asemenea atotştiutore.

6. Identificare: Fiecare dintre noi are potenţialul infinit al sufletului. Dar suntem restricţionaţi de credinţele noastre în limitele înguste ale corpului fizic, pe care majoritatea îl consideră ca fiind singura noastră realitate. Astfel, identificarea noastră cu corpul fizic ne limitează. Când mergem cu maşina, putem să creştem viteză, folosindu-ne de caracteristicile maşinii. Şi când zburăm într-un avion, ne vom mişca mai repede, pe măsură ce ne vom folosi de avantajele aparatului. Dacă totuşi ne putem identifica cu Sinele nostru adânc sau cu sufletul, ne vom mişca cu viteza gândului, deoarece atunci, ca suflete, ne-am reunit cu proprietăţile noastre cuantice. Folosirea unei maşini sau a unui avion este uşoară, în timp ce identificarea cu sufletul este dificilă, dar nu imposibilă. Această identificare cu sufletul este numită de Jung „individuaţie", „transformare" de către Sri Aurobindo şi împlinire a Sinelui de către majoritatea sfinţilor şi religiilor tradiţionale. Indiferent de credinţa spirituală sau religia unui om, procesul identificării cu sufletul trezeşte o putere momentan inactivă în interiorul fiecăruia. Sau poate că este corect să spunem că trezirea acestei puteri latente ne aduce identificarea cu sufletul. Cel mai cunoscut nume pentru această putere latentă este Kundalini. În următoarea parte a cărţii vom explora diferite metode de transformare şi vom explica această putere.

PARTEA A TREIA

UNITATE ÎN DIVERSE ABORDĂRI



CAPITOLUL 12

REALITATEA INTERIOARĂ ŞI INDIVIDUAŢIA

Sri Aurobindo a împărţit realitatea interioară în următoarele plane de existenţă, de la cel mai superior la cel mai inferior:

1. Existenţă: conştiinţă şi beatitudine (sat-chit-ananda), Brahman.

2. Transconştiinţă: centrul real al totalităţii fiinţei noastre.

3. Supraconştiinţă: originară direct din transconştiinţă, intermediară între cunoaştere şi ignoranţă, „o conştiinţă cosmică supraconştientă, în contact direct cu Suprema Adevărata Conştiinţă, o intensitate originală determinantă a tuturor mişcărilor inferioare şi a tuturor energiilor mentale."[1]

4. Intuitiv: o structură specială a supraconştiinţei, o străfulgerare bruscă şi intimă a cunoaşterii superioare, viziunea adevărată, gândul adevărat, înţelesul adevărat, sentimentul adevărat, acţiunea adevărată.

5. Conştiinţa iluminată: viziune, vedere adevărată şi lumină adevărată; „Ea luminează gândurile minţii cu viziuni şi inspiraţii directe, aduce lumină spirituală şi energie în sentimente şi emoţii."[2]

6. Conştiinţa superioară: este imediat deasupra minţii conştiente, „părintele spiritual al identităţii mentale conceptuale... un sentiment unitar al fiinţei, cu o puternică şi multiplă dinamizare, capabilă de formarea multitudinii aspectelor cunoaşterii, căilor de acţiune, formelor şi al semnificaţiilor în devenire, în care este o cunoaştere înnăscută spontană."[3]

7. Conştiinţa: este conştiinţă pură, originară din planul superior, combinată cu ignoranţă, puritatea, nivelul de înţelegere şi forţa se diminuează gradual. Invers, când această evoluţie are loc, conştiinţa individuală trece de la cel mai de jos nivel al conştiinţei la conştiinţa superioară şi este îmbunătăţită la un nivel superior de puritate, înţelegere şi forţă, în ordinea ascendentă a planelor.

Se pot compara aceste şapte planuri cu cele din tabelul 1:

Divin	Saccidananda
Monadic	Transconştiinţă
Atmanic	Supraconştiinţă
Intuitiv	Intuitiv
Mental	Conştiinţa iluminată
Astral	Conştiinţa superioară
Fizic	Conştiinţa

O ipoteză firească pentru paralela dintre cele două modele ar fi aceea că, pe măsură ce conştiinţa unui individ devine superioară, el sau ea aparţine planului următor. Astfel, un individ care are numai conştiinţa elementară este o persoană care aparţine modului de viaţă fizic, din planul fizic. O persoană cu o conştiinţă superioară aparţine planului astral, deşi aceasta trăieşte în planul fizic. Această clasă poate include oameni care manifestă puteri paranormale în timp ce trăiesc pe pământ. O persoană care are o conştiinţa iluminată, aparţine planului

mental, deşi ea trăieşte pe pământ. Se poate proceda în acest fel până la cea din urmă dimensiune.

După Sri Aurobindo, diferitele dimensiuni care corespund substanţei energiei spiritului, există cu adevărat şi există lumi care le corespund. Saccidananda (sat-chit-ananda) este o energie potenţială prin ea însăşi, în timp ce substanţa energiei sale cinetice, pe care o numeşte forţa conştiinţei, îşi atribuie diferite forme de energie, în diferite plane ale existenţei. Astfel, este energia psihică a fiinţei psihice, energia mentală a corpului mental, energia vitală a corpului vital şi energia fizică a corpului fizic. Cu cât coboară în planele inferioare, subtilitatea acestei forţe se converteşte în aspect grosier şi îşi pierde din puritate, înţelegere şi universalitate. Este voinţa spiritului transcendent, numit *tapas*, care duce manifestarea individului în diferitele plane. Totuşi, în forma ei nativă subtilă, forţa este universală, în timp ce în forma exterioară grosieră este individuală, cu toate limitările corespunzătoare. Fiinţa interioară este relativ neschimbătoare şi „se cunoaşte pe sine în timp, trecut, prezent şi viitor, simultan, cu o percepţie nedivizată, care cuprinde toate experienţele mişcătoare ale Timpului însuşi."[4] În opinia lui Sri Aurobindo, dorinţa este deformarea voinţei în corpul dominant al vieţii şi al minţii fizice. „Orientarea esenţială a sufletului către posesii şi distracţii constă în voinţa de plăcere."[5] Astfel, bucuria este forma pură a cerinţelor sufletului, în timp ce dorinţa este deformarea acestei cerinţe, care se manifestă sub forma plăcerilor lumeşti.

Dinamica spirituală şi Kundalini

Realitatea interioară are doi poli: cel inferior, care este exterior, instinctiv, de suprafaţă, sau mintea conştientă şi cel superior, care este interior, Sinele arhetipal, sau fiinţa psihică

spirituală, conform cu Jung şi respectiv Sri Aurobindo. Centrul exterior este personal, individualist şi produsul lumii exterioare, în timp ce centrul interior este transpersonal, universal şi fundamental. Centrul exterior este este format de dinamica centrului interior şi pe modelul acesuia."Dar mai există un aspect al structurii, despre care Jung face aproximări largi, iar Sri Aurobindo prezintă o concepţie foarte clară. Este vorba de înălţarea pe verticală a realităţii interioare."[6] Realitatea interioară care se înalţă pe verticală are un punct culminant; Sri Aurobindo îl numeşte „Sine", care este o entitate fundamentală în ea însăşi, reprezentată de psihicul existent. Jung, pe de altă parte, consideră Sinele că este doar o parte a psihicului.

Cuvintele *energie* şi *forţă* au fost folosite de ambii gânditori, ambele desemnând partea fizică şi spirituală a realităţii. Totuşi, Jung numeşte partea intuitivă energie şi partea fizică forţă, în timp ce Sri Aurobindo numeşte forţă principiul spiritual al creării conţtiinţei, iar procesul evolutiv energie. Jung a extins conceptul ştiinţific al energiei în domeniul realităţii interioare, cu diferenţa că cantitatea este înlocuită de calitate. Pe de altă parte Sri Aurobindo se foloseşte de termenul *forţă*. După el, conştiinţa este născută de forţa conştiinţei, oriunde aceasta se manifestă. Mai mult, înainte de manifestare, forţa parcurge un proces de involuţie. Este extracţia Sinelui exercitată asupra propriilor forme asumate, sau psihicul existent, care rezultă din manifestarea diverselor forţe psihice în timpul evoluţiei.

De asemenea Jung a susţinut invariabil că conştiinţa este o parte a inconştientului şi, aşadar, conştiinţa şi energia sunt două aspecte fundamentale a realităţii interioare. Atunci, după el, este rezidul experienţelor organismului acela care formează inconştientul colectiv şi psihicul. Aceste experienţe, care ar fi conştiente la momentul producerii lor în organism, acum se află dormitând în inconştient, de unde încearcă continuu să reapară. Jung spune că această încercare de reapariţie este

sursa principală a energiei psihicului, în timp ce, conform cu Sri Aurobindo, involuţia începe de la forţa monoteistă saccidananda. În sfârşit, Jung consideră forţa psihicului că apare din tensiunea dintre părţile instinctuale şi arhetipale ale psihicului, în timp ce Sri Aurobindo pretinde că este extracţia Sinelui din psihicul existent acela care duce la formarea forţei psihice.

După saccidananda, dinamica spirituală este forţa conştiinţei, care este nativă în saccidananda, ca sursă a întregii creaţii. Aceeaşi forţă este inerentă Sinelui şi părţii sale reprezentative a psihicului, care emană din saccidananda. Forţa conştiinţei, care acum poate fi numită forţa psihicului, se ascunde în spatele vălului mental, vital şi fizic, apoi zace dormitând. Această situaţie îşi are paralela în descoperirile lui Jung, când acesta spune că rezidul experienţelor zace dormitând în inconştient.

Forţa conştientă latentă la Sri Aurobindo, sau reziduul experienţelor la Jung, este Kundalini din Tantra, care stă dormitând în centrul bazei, numit *chakra Muladhara*. Ridicarea forţei psihice şi evoluţia lumii este în legătură cu trezirea şi ascensiunea forţei Kundalini. Aşa cum forţa psihică trece în evoluţia sa prin planele fizic, vital, mental şi intuitiv, la fel forţa Kundalini trece prin diferiţi centri energetici numiţi chakre. Este important de notat că, corespunzător celor şapte dimensiuni ale Universului menţionate de Sri Aurobindo, există de asemenea şapte chakre prin care Kundalini trebuie să treacă. Acestea sunt: *Muladhara, Svadisthana, Manipura, Anahata, Vishuddha, Ajna* şi *Sahasrara*, în ordine ascendentă. Aici se poate vedea adevărul afirmaţiei „ce este deasupra, aceea este şi dedesubt." Sunt şapte dimensiuni în univers şi există şapte chakre în corpul uman, de la baza şirii spinării până în creştetul capului. Pe măsură ce Kundalini se ridică de la prima chakră spre cel de-al şaptelea centru energetic, conştiinţa individului se ridică din planul inferior fizic la cel mai înalt plan al saccidananda. Oamenii sunt o reluare a organizării

universului şi astfel procesele macro ale universului se derulează în continuare ca şi micro procese în corpul omului.

Religiile tradiţionale ne învaţă că sufletul este o entitate universală şi nu este legat de aspectul individual al persoanei. Dar ambii Sri Aurobindo şi Jung cred că sufletul este atât individual cât şi universal. După ei, comportamentul exterior al individului este conectat la nucleul inconştientului sau al subconştientului. După Jung universalitatea este datorată inconştientului colectiv, care se dezvoltă de la începutul vieţii organice. Ca urmare, toţi oamenii moştenesc o „proprietate comună." Sri Aurobindo spune că universalitatea este atributul esenţial al tuturor sufletelor, deoarece ei au emanat din aceeaşi saccidananda. Sufletul este camuflat de către Eu; în momentul în care Eul este eliminat, psihicul existent, care este reprezentantul sufletului, îşi arată universalitatea. Acesta este un aspect în care ambele genii sunt de acord, dar diferă faţă de credinţele tradiţionale.

Sri Aurobindo crede că oamenii trăiesc simultan în diferite dimensiuni – fizic, vital, mental şi intuitiv. În mod corespunzător, creşterea noastră intuitivă, mentală şi vitală este transmisă prin corpul fizic, împreună cu anumite caracteristici ereditare de la o naştere la alta. Aceasta este datorită întruchipării caracteristicilor psihice în planul mental, a celor mentale în vital şi a celor vitale în planul fizic. Am observat corl cauzal în călătoria sa descendentă, care adună în drumul său corpurile mental, astral şi fizic, în această ordine. Această întrupare completă se numeşte personalitatea individului. Astfel, după Sri Aurobindo, întreaga personalitate care acţionează, împreună cu anumite caracteristici ereditare, este transmisă individului la momentul renaşterii. A fost foarte clar şi încrezător în această teorie. Pe de altă parte Jung, a crezut în ereditate ca fiind singurul purtător şi a fost încurcat de ideea că spiritualitatea şi universalitatea ar putea fi transmise prin genele umane, deoarece acestea în natură sunt doar fizice. În concepţia lui Sri Aurobindo ereditatea a fost

doar un factor secundar. Pe de altă parte, ambii cercetători au crezut în existenţa simultană a fizicului şi psihicului, fără ca unul să depindă de celălalt, ca un set de entităţi coordonate. Cu toate acestea, cu privire la natura ultimă a realităţii interioare Jung a fost îndoielnic şi speculativ, în timp ce Sri Aurobindo a fost sigur. Sri Aurobindo credea că materia şi psihicul sunt manifestările existenţei şi bucuriei a lui saccidananda însuşi.

Metoda individuaţiei

Conform cu modelele lui Jung şi Sri Aurobindo, totalitatea a fost separată în bucăţi şi aceasta este cauza suferinţei umane. De aceea este necesară reintegrarea. Diviziunile instinctive pot fi depăşite prin integrarea Eului, rezultând în stabilitatea umanităţii în lume. Eul a preluat conştiinţa şi îşi exagerează rolul. Divizările egoiste pot fi integrate, iar conştientul şi inconştientul combinate într-un psihic integrat. După Jung, Sinele este principiul superior, care poate realiza aceast proces de integrare numit „individuaţie."

Cânderau vindecaţi, pacienţii lui Jung, suferinzi de nevroză şi schizofrenie, visau imagini circulare precum şerpi răsuciţi. Astfel de imagini sunt numite *mandalas* şi Jung le-a privit ca arhetipuri mai puternice decât orice fel de imagini ale arhetipurilor *anima* sau *animus*. Deoarece mandalas apăreau în stare de inconştienţă şi aplanau problemele Eului, Jung a spus că ele semnifică totalitatea Sinelui. De aceea, individuaţia este „procesul prin care o persoană devine din punct de vedere psihologic un «in-divid», care este o unitate separată indivizibilă sau o «totalitate»".[7]

După dr. Chaturbhuj Sahai:

> Când raza puterii lui Brahma coboară din sălaşul său pentru a crea, se opreşte în cinci locuri în univers şi realizează

> mandala... În aceste mandala sunt prezente cinci elemente – pământ, apă, foc, aer şi akasha – în grad variat, dar unul din elemente rămâne proeminent, comparativ cu celelalte. Datorită prezenţei acestor cinci elemente, fiecare mandala este distinctă ca formă, culoare, scop, sunet şi lumină. Lumina şi sunetul sunt una, dar datorită interacţiunilor dintre elemente, ele apar să aibă forme diferite. Eliminarea acestor variaţii şi aducerea elementelor la unitate este numită „practică" sau „sadhana". Aceeaşi rază este numită Kundalini de către yoghini, surati de către sfinţi şi „rooh-va-tavajjah" de către sufiştii musulmani.[8]

Conştiinţa funcţionează în stare de trezire, în timp ce inconştientul este în stare de somnolenţă. În consecinţă, noi toţi suntem personalităţi duale. Şi din nou, inconştientul are o parte personală şi alta impersonală, formată din experienţele individului şi ale rasei. Eul poate avea grijă fie de conştiinţă, fie de inconştient, datorită naturii lor divergente. De aceea, unele formaţiuni inconştiente nu pot fi în seama Eului şi aceasta este una din cauzele divizării personalităţii. Alternanţa unei alte personalităţi cu cea normală duce individul într-o stare patologică. Un mare număr de astfel de cazuri se găsesc astăzi în Occident. Alternanţa unor astfel de stări necesită unificarea conştientului cu inconştientul. Analizând visele pacienţilor săi, Jung a găsit un punct în psihic care ar putea să unească elementele divergente. Dar „deoarece factorii în opoziţie niciodată nu se unesc la propriul lor nivel, un al treilea element supraordonat este întotdeauna necesar pentru ca cele două părţi să se unească".[9]

Deoarece alternarea Eului poate duce la o stare haotică, Jung recomandă menţinerea unui Eu puternic, care să reziste impactului inconştientului, şi un contact apropiat al Eului puternic cu Sinele, permiţând primului să-şi realizeze o poziţie

subordonată. Asimilând tot mai mult din conţinutul inconştientului, Eul îşi poate dezvolta această poziţie. Aceasta serveşte la două scopuri: aducerea inconştientului în conştient şi schimbarea Eului din locul său, aducând o schimbare de atitudine. Gradual, personalitatea este îmbogăţită de inconştient şi Eul este redus. Atitudinea clară şi rebelă a Eului duce la schimbarea şi acceptarea subordonării faţă de factorul mai puternic, adică faţă de noua entitate a totalităţii, Sinele.[10] Totuşi, există un pericol, dacă Eul este foarte puternic, se poate da drept Sine după schimbarea centrului. Istoria este plină de astfel de oameni care-şi folosesc Eul în numele Sinelui şi se angajează în acte prosteşti. O altă problemă poate apărea dacă Eul este slab şi incapabil să înţeleagă impactul inconştientului. Într-un astfel de caz, Eul se întoarce la „totalitatea preconştientă" şi confuzia îl va face să deraieze de la procesul individuaţiei. Eul slăbeşte şi „face să apară un supraom nebulos, cu un Eu umflat şi un Sine redus".[11] De aceea, Jung sfătuieşte susţinerea Eului în timpul căutării Sinelui, lăsându-l pe primul să realizeze într-un mod natural poziţia sa relativ slabă în comparaţie cu Sinele.

Anima şi animus sunt conţinuturi ale inconştientului, care corespund părţilor feminin şi masculin, în care Eul este divizat. Aspectele sentimental şi intelectual ale conştiinţei reprezintă aceste aspecte feminine şi masculine ale Eului. Astfel, conştientul bărbatului este dominat de intelect, iar inconştientul său de anima; conştientul femeii este dominat de emoţie, iar inconştientul său de animus. Ori de câte ori un echilibru este atins între aspectele masculine şi feminine, bărbatul sau femeia devin androgini şi individuaţie este împlinită.[12]

Implicarea în legături emoţionale slăbeşte influenţa obiectivităţii în viaţă. Astfel, legăturile emoţionale se dovedesc a fi un mare obstacol în calea individuaţiei. După Jung „Dacă putem să vizualizăm un curent subteran de obiectivitate, chiar

şi în spatele legăturilor emoţionale, şi să ne dezangajăm din proiecţiile subiective, atunci am fi pe drumul cel bun spre individuaţie. Persoana care a atins totalitatea psihică este imună la perturbări emoţionale şi preferinţe subiective."[13]

În dobândirea totalităţii ca fruct al individuaţiei, persoana poate vedea obiecte spirituale sau fiinţe în vise şi viziuni, care pot indica terminarea procesului. Jung nu doreşte să dea un statut spiritual persoanei care a ajuns la acest nivel; totuşi, el consideră o astfel de persoană evoluată ca fiind un ideal pentru societate şi dezvoltatea civilizaţiei în ansamblu. „prin procesul individuaţiei, un individ mai întâi se reîntoarce la «factorii fundamentali ai fiinţei sale» şi astfel devine «conştient de unicitatea sa»".[14]

Jung consideră că oamenii sunt de două feluri: extravertiţi şi introvertiţi. El a enunţat că natura umană are patru funcţii: senzaţie, sentiment, gândire şi intuiţie. În combinaţie, sunt deci opt tipuri de oameni, variind de la extravertitul senzaţie la introvertitul intuitiv. Un extravertit este dominat de consideraţii obiective şi vede subiectivitatea ca un element perturbator. Un introvertit simte că un obiect este doar o reprezentare a unui conţinut subiectiv şi consideră că Sinele şi procesele psihice subiective sunt deasupra oricărui obiect. Evident, ambele mecanisme funcţionează într-un individ, corespunzând unor circumstanţe exterioare şi dispoziţii interioare. Lipsa de echilibru duce la stări patologice şi un echilibru ideal este un lucru rar. Jung preferă introversia faţă de extraversie, deoarece prea mult interes faţă de lumea obiectivă duce în final la egocentrism şi persoana poate să manifeste comportamente care să varieze de la egoism copilăresc la slăbiciuni şi brutalitate. Un introvertit poate de asemnenea să dezvolte o atitudine incorectă, dar această situaţie nu este prea obişnuită. La o persoană nevrozată, de exemplu, Eul poate să înceapă să funcţioneze pe post de Sine, datorită excesului de subiectivitate, lucru care poate duce la rezultate haotice.

CAPITOLUL 13

TRANSFORMARE ŞI COMPARAŢIE

Sri Aurobindo împarte evoluţia în trei stagii: ascensiune, integrare şi *tapas*. Ascensiunea este o dezvoltare radicală de la un nivel de conştiinţă la altul – de exemplu de la nivelul fizic la cel vital sau de la vital la mental. Integrarea este o consolidare a schimbării cantitative de la un nivel particular. Tapas este concentrarea dintr-o anumită fază în formarea Sinelui. Chiar şi după milioane de ani de evoluţie, spune Sri Aurobindo, oamenii încă nu sunt liberi din constrângerile fizice, vitale şi instinctive.

> Deficienţe fizice, constrângeri obişnuite, dorinţe instinctuale nestăpânite, presiune emoţională şi conflicte ideologice îl trag în jos sau îl ţin în conflicte... Sosirea unui proroc după un proroc, a unui înţelept după alt înţelept, a unui profet după alt profet, este, cel puţin, o demonstraţie a voinţei omului de a formula şi reformula anumite idei fundamentale pentru a le face din ce în ce mai eficiente în

> îmbunătăţirea comportamentului omului... Idealurile lui Buddha, Hristos şi alţii au fost instituţionalizate. După impactul iniţial, desigur, toate instituţiile au degenerat în structuri moarte.[1]

Motivul, găseşte el, este că realitatea interioară este alcătuită din multe stări lăuntrice, corespunzătoare diferitelor plane care există şi care sunt conectate organic unul cu altul. De aceea, este necesară o transformare integrală a tuturor stărilor interioare, nu doar a conştiinţei, care este doar starea exterioară. În consecinţă, el observă:

> În prezent sufletul sau Sinele din noi doreşte individualizarea în natură şi devine confuz în ceea ce priveşte ideea de Eu... (de aici) o eliberare din Eul cel limitat şi constrângător este primul pas elementar spre fiinţa gnostică. Totuşi, Eul este stânca noastră de siguranţă în faţa universalului şi infinitului. De aceea nu ne miră prea tare faptul că nu ne găsim „dizolvaţi într-o vastă impersonalitate" imediat ce ne debarasăm de Eu. Aceasta nu este în nici un caz o stare normală de fapt. Acesta nu numai că stă la un pas de a eclipsa individualitetea unei persoane, dar de asemenea îl privează de „cheia unui dinamism de acţiune dorit."[2]

Astfel, pe de o parte, Eul trebuie eradicat, pe de altă parte, este necesar pentru a ne salva individualitatea. Deci care este calea de ieşire din această situaţie paradoxală? O cale este de a schimba centrul personalităţii de la Eu la Sine. Dar Sinele nu este disponibil în mod direct; poate fi abordat doar prin împuternicitul său care este psihicul existent, care la rândul său încearcă să ajungă la Sinele său transcendent originar. De aceea schimbarea trebuie să fie în două etape – de la Eu la psihicul existent şi de la psihicul existent la Sine.

Vă sugerez următoarele etape:

1. Eliberaţi fizicul din starea lui de limitare. Aceasta se realizează prin înţelegerea faptului că fizicul nu este altceva decât forma concretă a vitalului. Aceasta duce la expansiunea fizicului în vital.

2. Eliberaţi vitalul de trăsătura sa caracteristică care este dorinţa. Dorinţele au dus la formarea instinctelor. Mai mult, dorinţele neîmplinite şi reprimate ajung în subconştient, unde formează un ecran suficient de puternic care să ne apară în mod eronat ca fiind centrul personalităţii. Acest ecran nu este nimic altceva decât o altă formă a Eului.

3. Străpungeţi mantaua mentalului, rezultatul experienţelor exterioare selective şi mergeţi dincolo de el. Intrarea directă a conştiinţei în subconştient nu este recomandată, totuşi, deoarece „ne va arunca în incoerenţă, somn, o transă întunecată sau o amorţeală generalizată."[3] Întâi trebuie pătruns în subliminal sau accesată transconştiinţa. Aceasta necesită ca mai întâi să ne purificăm la exterior şi apoi să explorăm toate regiunile inconştientului – fizic, vital şi mental – prin puterea crescută a cunoaşterii. Reprimarea conţinuturilor subconştiente nu va duce la efectul scontat. Este necesară iluminarea întregului inconştient de către o conştiinţă superioară. Orice parte netransformată poate anula transcendenţa. „Doar atunci când nici un aspect al conştiinţei nu rezonează la forţele planului inferior, atunci se poate ca victoria şi transformarea să fie absolut completă." [4] Aceasta stabilizează pe deplin individul în structura psihicului şi în subliminal ca un tot.

Astfel, transformarea psihică se realizează în două faze: purificarea conţinuturilor subliminale ale planului vital şi expansiunea conştiinţei şi iluminarea subconştientului de către o conştiinţă superioară a psihicului. Fizicul şi vitalul sunt

atunci transformate şi mintea este universalizată prin iluminare. Slăbiciunile sunt întărite şi viaţa este încărcată de forţa conştiinţei. Personalitatea exterioară se extinde dincolo de trup şi sălăsluieşte în trupul universului. După Sri Aurobindo, un principiu important al lumii este dualitatea. El a definit cei doi poli după cum urmează:

1. Fizicul exterior (înconjoară lumea materială de zi cu zi)/Fizicul lăuntric (furnizează substanţa pentru învelişurile fizic, vital şi mental).

2. Vitalul exterior (implicat în corpul fizic, legat de evoluţia sa trecută în materie)/Vitalul lăuntric (forţa subliminală a vieţii neristricţionată între graniţele mărginite ale fiinţei vitale, pe care noi în mod ignorant o considerăm existenţa noastră reală.)

3. Conştiinţa exterioară (expresia evoluţiei Eului, mentalitatea superficială creată de noi în cursul incursiunii noastre în afara materiei)/Conştiinţa subliminală (nelimitată de viaţa noastră mentală cotidiană şi de limitările sale stricte, adevărata conştiinţă fiind în spatele conştiinţei superficiale a personalităţii).

4. Sufletul dorinţelor de la suprafaţă (acţionează prin poftele importante, facultatea emoţional estetică şi dorinţa pentru putere, cunoaştere şi fericire) / Entitatea psihică subliminală (puterea pură a luminii, dragostei, bucuriei; esenţa rafinată a fiinţei sau sufletul adevărat din spatele existenţei psihice exterioare).

5. Complexul exterior al fizicului, vitalului, mentalului şi psihicului (individualitatea care acţionează în viaţa obişnuită cu Eul ca principal centru) / Complexul interior al fizicului, vitalului, mentalului şi psihicului (caracterizat ca fiind individualitatea noastră adevărată şi extinsă, care este psihicul şi atinge universalitatea noastră, scopul evoluţiei noastre în conştiinţă.[5]

Sri Aurobindo defineşte două sisteme ale existenţei: concentric şi vertical. psihicul existent este doar centrul realităţii interioare concentrice, în timp ce totalitatea fiinţei noastre, compusă din câteva plane verticale suprapuse, este delimitată de transconştiinţă. Comparaţia sa poate fi interpretată după cum urmează:

Conştiinţa egoistă	scânteierea unei lămpi
Conştiinţa psihicului	luna
Transconştiinţa	soarele

Este transconştiinţa cea care aduce iluminarea. Când se ajunge la transconştiinţă „Tiparele minţii se dizolvă într-o flacără albă a experienţei interioare directe". Transconştiinţa „se poate forma în sine ca o lumină intuitivă spiritualizată şi puterea minţii însăşi". Acestea sunt semnele transformării gnostice sau spirituale. Transformarea psihică este realizată prin concentrarea la centrul inimii cu dragoste, *bhakti* (evlavie) şi renunţare, care îndepărtează sufletul sau psihicul existent de a se mai ascunde pentru a conduce trupul, viaţa şi mintea, şi „îl deschide complet către Divinitate".[6] Sri Aurobindo ne spune:

> Puterea concentrării deasupra imaginaţiei este pentru a aduce pacea, liniştea, eliberarea din simţurile trupului, identificarea cu mintea şi viaţa, şi de a deschide calea pentru ca conştiinţa inferioară (mentală, vitală şi fizică) să se ridice şi să întâlnească conştiinţa superioară, şi pentru ca puterile conştiinţei superioare (de o natură spirituală) să coboare în minte, viaţă şi trup... Pentru a face aceste transformări posibile, ceea ce trebuie să facem este să preluăm „fiinţa exterioară" şi să o facem un instrument al Divinului. Putem face acest lucru amintindu-ne constant de Divinitate şi în acelaşi timp deschizându-ne fiinţa ascendent, pentru a-I uşura coborârea. Aceasta trebuie suplimentată cu „credinţa constantă şi încrederea în Mamă".[7]

Tipul de personalitate este determinat de principiul care stă în centrul personalităţii. Urmează descrierea de către Sri Aurobindo a trei tipuri de personalitate a căror conştiinţă este în legătură cu mintea exterioară, în ordinea ascendentă a conştiinţei:

1. Omul fizic: ocupat în principal cu viaţa corporală şi nevoile obişnuite, impulsuri, deprinderi de viaţă, deprinderi mentale, deprinderi fizice; care vede foarte puţin sau deloc dincolo de toate acestea, subordonând şi restricţionând toate celelalte tendinţe şi posibilităţi la viziunea lui mărginită.

2. Omul vital: preocupat cu autoafirmarea, automărirea, autodelectarea, satisfacerea ambiţiei, pasiunea, impulsurile şi dorinţele, cu pretenţiile propriului Eu, dominare, putere, stimulente, luptă şi efort, aventură interioră şi exterioară.

3. Omul mental: tinde să subordoneze totul expresiilor sale mentale, pretenţiilor mentale, intereselor mentale sau unui ideal mental sau idei mentale, pentru odihna fiinţei sale; filosofii, gânditorii, oamenii de ştiinţă, intelectualii creatori, idealiştii şi visătorii sunt reprezentativi pentru acest tip.

Totuşi, nici un tip nu reprezintă etapa finală, reprezentată de conştiinţa conectată la fizicul interior, vitalul interior şi mentalul interior, care este mult mai profundă şi puternică. Când subliminalul a fost depăşit, spiritualul se naşte. Cel de-al patrulea tip, omul spiritual, este continuarea naturii după ce iniţial a creat „înţeleptul spiritual, profetul, iubitorul de Dumnezeu, yoghinul, gnosticul, sufistul, misticul", chiar şi după ce deja a făcut să evolueze „creatorul mental, gânditorul, profetul, profetul unui ideal, omnul autocontrolat, autodisciplinat, armonizat".[8]

Este demn de menţionat că Jung şi Sri Aurobindo, având abordări divergente şi care nu s-au întâlnit niciodată, au ajuns la concluzii similare. Jung este un psiholog empiric, în timp ce

Sri Aurobindo este un yoghin. Jung vede inadecvarea Eului de a reprezenta conştientul şi inconştientul în acelaşi timp. El crede că aceasta este cauza divizării personalităţii şi sugerează că Eul ar trebui să fie puternic şi, în acelaşi timp, ar trebui să fie făcut să-şi înţeleagă poziţia de subordonare faţă de Sine. Pentru Jung, Eul şi Sinele ar trebui să acţioneze simultan. Pe de altă parte, Sri Aurobindo nu recomandă întărirea Eului. El sugerează înlocuirea lui totală de către psihicul existent şi apoi de către Sine. Jung consideră că Eul este singurul reprezentant al conştiinţei şi de aceea este esenţial pentru aceasta. Pentru Sri Aurobindo însă, Eul este doar o treaptă care devine învechită. Pentru Jung, Sinele este doar o reprezentare arhetipală a realităţii interioare. Ca urmare, deşi poate servi scopului de a integra elementele disparate ale personalităţii, nu are un fundament permanent sau putere prin care să susţină personalitatea individului. Pe de altă parte, „pe măsură ce Sinele în sistemul lui Sri Aurobindo este Absolutul, de-abia individualizat, este suficient de potent să ofere personalităţii tot ce aceasta solicită, adică energie, unitate, stabilitate şi scop".[9]

Jung prevede un duel între conştient şi inconştient, care, după el, este calea prin care cele două instanţe să se reconcilieze şi în final să se armonizeze. Metoda lui Sri Aurobindo este de a subordona exteriorul prin interior şi astfel să devii iluminat. Deşi ambii doresc ca individul să scape din limitări, individuaţia lui Jung nu se potriveşte cu scopul lui Sri Aurobindo de a ilumina conştiinţa inferioară prin cea superioară şi de a fi condus de legea ierarhiei. Astfel, el doreşte ca oamenii să înţeleagă că planul fizic este sub cel vital, vitalul sub mental şi fizicul-vital-mental exterior sub fizicul-vital-mental interior. Întreaga grupare este sub psihic şi psihicul este sub spiritual. Individuaţia lui Jung evidenţiază un dualism între obiectiv şi subiectiv sau între materie şi spirit, care în final poate implica un principiu superior. Sri Aurobindo crede că totul provine din

saccidananda, principiul etern superior care este deja existenţă. „Din acest punct de vedere, teoria individuaţiei lui Jung este un indiciu, o treaptă către transformarea lui Sri Aurobindo."[10]

Convergenţa descoperirilor lor poate fi înţeleasă după cum urmează. Predecesorii lui Jung au explicat divizarea personalităţii printr-o singură personalitate, dar Jung a văzut integrarea părţilor de către o personalitate superioară şi universală reprezentată de Sine. În mod similar, predecesorii lui Sri Aurobindo au arătat calea recunoaşterii unui singur drum – aceasta fiind calea devoţiunii, altruismului sau cunoaşterii – şi explicând importanţa acestuia pentru Fiinţa Supremă. Sri Aurobindo a repartizat un plan corespunzător fiecăruia dintre ei şi a arătat calea transformării şi integrării fiecăruia cu următorul plan superior, acest proces ducându-i la o personalitate echilibrată şi recunoaşterea unei fiinţe supreme. Ambii gânditori au lucrat asupra principiului unificator al tuturor factorilor implicaţi în proces şi nu au ales pe unul şi i-au respins pe toţi ceilalţi. Atât individuaţia, cât şi transformarea reprezintă toate părţile personalităţii şi aspiră la unificarea lor, care să ducă la totalitatea individului. Mai departe, fiecare dintre ei a împărţit individul în opt tipuri. Această împărţire coincide în toate punctele, cu excepţia ultimului tip al lui Sri Aurobindo, care aparţine exclusiv sistemului său de clasificare:

Jung	Sri Aurobindo
Senzitiv extravertit	Fizic exterior
Sentimental extravertit	Vital exterior
Gînditor extravertit	Mental exterior
Senzitiv introvertit	Fizic interior
Sentimental introvertit	Vital interior
Gânditor introvertit	Mental interior
Extravertit/Introvertit intuitiv	Subliminal
(În afara clasificării jungiene)	Spiritual

Se poate vedea că toate şapte tipuri ale lui Jung corespund cu primele şapte tipuri ale lui Sri Aurobindo, în timp ce tipul opt al lui Sri Aurobindo este în afara sistemului clasificării lui Jung. O altă diferenţă este că Jung consideră tipurile lui a fi persoane anormale, datorită dezechilibrului din diferite părţi ale personalităţii. Aceasta nu este o concluzie fericită, deoarece înseamnă că majoritatea populaţiei de pe pământ este anormală. Pe de altă parte Sri Aurobindo consideră tipurile sale a fi dominate de un singur aspect relativ celorlalte pe scara evoluţiei. Asimilând fiecare aspect inferior în următorul, superior, se ajunge în final la tipul spiritual. Aceasta pare să fie o abordare mai clară. Totuşi, preferinţa lui Jung pentru aspectul intravertit faţă de cel extravertit este o distanţare binevenită faţă de gândirea tradiţională occidentală, care preferă extravertiţii pentru succesul din lumea materială. Indiscutabil, accentuarea intravertirii este un pas major spre evoluţie.

Ambii Jung şi Sri Aurobindo susţin că sufletul este individual şi universal. Fizicul şi psihicul există simultan. Materia şi psihicul existent sunt manifestări ale părţilor existente şi fericite ale lui Dumnezeu. Încântarea, bucuria, este forma pură a existenţei sufletului, în timp ce dorinţa este coruperea acestei stări, care se manifestă sub forma plăcerilor lumeşti.

Forţa conştiinţei latentă la Sri Aurobindo, sau reziduul experienţei la Jung, este Kundalini din Tantra, care zace dormitând în *chakra Muladhara*. Ridicarea acestuia prin cei şapte centri duce conştiinţa prin cele şapte nivele. Cu alte cuvinte, raza puterii lui Brahma, care coboară din sălaşul ei pentru a creea se numeşte Kundalini de către yoghini, *surati* de către sfinţi şi *rooh-va-tavajjah* de către musulmanii sufişti.

Conform cu Jung, psihicul are două părţi: conştientul şi inconştientul. Sinele este centrul inconştientului; Eul este centrul conştientului. Totalitatea este împărţită în două elemente: Eul şi Sinele. Integrarea lor este individuaţia, despre

care Jung spune că face individul o totalitate. Aceasta este realizat când aspectele feminine şi masculine sunt echilibrate. În obţinerea totalităţii ca rezultat al individuaţiei, persoana poate vedea lucruri în vise şi viziuni, precum personalităţi umane şi religioase apreciate, cruci, cercuri sau alte simboluri cu semnificaţie personală care pot indica finalizarea procesului.

Când sunt privite în opoziţie, conştientul şi inconştientul par că niciodată nu se vor uni; o a treia parte supraordonată este necesară pentru a reuni cele două părţi. Sunt realizate două scopuri prin asimilarea graduală a conţinuturilor inconştientului de către conştient. Cu aducerea inconştientului în conştient, Sinele este mărit, iar Eul redus. Reducerea Eului este un lucru bun, deoarece mai puţine dorinţe sunt create şi activate, permiţând seninătatea.

Sri Aurobindo crede că evoluţia are lor în trei stadii: ascensiune, integrare şi tapas. Ascensiunea este o dezvoltare radicală de la un nivel de conştiinţă la altul. Eul trebuie să fie limitat şi în acelaşi timp necesar pentru a salva individualitatea. Trecerea de la Eu la Sine este împlinită în două etape: de la Eu la psihicul existent şi de la psihicul existent la Sine. Sinele este absolut, puţin individualizat şi totuşi activ. Transconştiinţa iluminează întregul sistem.

Deşi aceşti doi gânditori au început şi au procedat în mod diferit, convergenţa rezultatelor finale trebuie să fie dovada şi confirmarea adevărului realităţii interioare, care în cele din urmă va fi ţelul atins de oamenii din întreaga lume, îmbunătăţind societatea în general.

CAPITOLUL 14

RELIGIA ŞTIINŢIFICĂ A LUMII

Descoperirile lui Jung şi Sri Aurobindo sunt confirmate de ideile lui Martinus, un contemporan cu Jung şi Sri Aurobindo, născut pe 11 august 1890, în micul sat Sindal din Jutlanda, Danemarca. Mama lui Martinus era nemăritată când l-a născut şi a murit când acesta era încă copil. Unchii săi din partea mamei au fost aceea care l-au crescut. A lucrat în industria laptelui până în decembrie 1922, când a părăsit ferma pentru a se dedica exclusiv scrierii lucrării *Livets Bog* (*Cartea Vieţii*). Nu a avut nici o intenţie să se însoare şi să aibă o familie; a dorit să plece ca misionar în Africa sau în Orient. Martinus a descris întregul curs al evoluţiei, de la mineral la vegetal şi apoi la animal, unde suntem noi acum. Concepţia lui despre Dumnezeu diferă mult de doctrina tradiţională creştină, deşi este încurajator să notăm că Martinus, ca şi Jung şi Sri Aurobindo, împarte universul în şapte plane de existenţă. Erik Gerner Larsson ne spune că:

> Martinus a împrumutat o mică broşură religioasă de la un prieten şi a meditat cu ochii închişi, după o batistă. După

> puţin timp, stând astfel, s-a trezit deodată înconjurat de o lumină orbitoare şi a avut un număr de experienţe cosmice... Meditaţia a crescut în intensitate în cursul zilelor următoare... S-a trezit în posesia unui nou simţ care-i permitea să vadă nu numai lumea vizibilă accesibilă tuturor, dar, în plus, toate cauzele reale din spatele mizeriei acestei lumi... „Marea Naştere" de la început a dus la trezirea violentă a puterilor sale psihice, care sunt latente în majoritatea oamenilor... După experienţa spirituală, i-a fost imposibil să reia gustul cărnii, tutunului şi băuturilor alcoolice.[1]

Martinus a început să scrie *Livets Bog*, din care primul volum a fost publicat la 11 iulie 1932. În noiembrie 1932, cercuri de discuţii pentru studierea lucrării au fost înfiinţate în oraşele daneze Copenhaga, Odense, Aarhus şi Aalborg. Primul număr al revistei *Kosmos* a fost publicat la 1 aprilie 1933.

Miturile scandinave povestesc principiile religioase în două forme contrare. Una obligă indivizii să-şi dedice viaţa războiului şi să moară pe câmpul de onoare, pentru a obţine o viaţă fericită lângă zei. A doua formă este fundamentată pe caritate şi lipsă de egoism, pentru a obţine fericirea de după moarte. Prima formă este cea „întunecată", care „a dominat umanitatea în timpul trezirii sale lente şi în momentul în care au apărut cei mari trei învăţători Buddha, Iisus Hristos şi Mohammed. Fiecare separat a evidenţiat mila şi caritatea ca fiind singura cale către o viaţă a fericirii eterne... un mod de viaţă contrar celui al strămoşilor, care era privit ca fiind singura modalitate de mântuire."[2]

Deoarece tot ceea ce este perceptibil de simţuri, susţine Martinus, poate exista doar sub forma vibraţiei sau mişcării:

> ... în mod natural urmează că nici un „punct fix" nu este posibil în lumea materială. Totuşi, deoarece tot ceea ce este perceptibil sau observabil este identic cu vibraţie sau

mişcare, este clar că un punct fix poate fi doar acela care percepe mişcarea. Deci „punctul fix" în existenţă este identic cu „ceva" capabil să perceapă mişcarea. Mişcarea fiind incapabilă să perceapă mişcarea, trebuie spus că „ceva" este acela care trăieşte mişcarea şi nu invers. În consecinţă pare că este stăpânul sau iniţiatorul mişcării. Astfel, este acceptat că există un „punct fix" absolut; în jurul căruia au loc toate vibraţiile şi mişcarea; şi faptul că acest „punct fix" are trăirea mişcării Îl face cel mai suprem „Ceva" care există. Acest „Ceva" suprem este „Dumnezeu cel Etern"... Prezenţa divină, sau acel extrem superior „ceva" în fiinţa umană, este exprimată prin conceptul de „Eu"... nu are o formă tangibilă, nu are o capacitate potenţială, doar există.[3]

Acest „Eu" este exprimat ca „X.1". Plantele au conştiinţă – aceasta a fost de mult demonstrată de ştiinţă. Impulsurile creative lucrează chiar în minerale, deşi acest lucru este dificil de perceput prin simţurile fizice. Doar conştiinţa cosmică poate percepe că fiecare atom creează fără încetare. Acest principiu creativ este numit „X.2". Cele două puncte eterne singulare nu ar putea fi ştiute fără existenţa unui cel de-al treilea – lucrul creat, numit „X.3". Dumnezeu este unirea trinitară a principiilor: Eu, principiul creativ, şi materia lucrului creat, sau X.1, X.2, şi X.3. Această analiză, conform cu Larsson, este valabilă pentru orice fiinţă vie, şi confirmă pe deplin învăţăturile scripturii, conform căreia suntem creaţi după „imaginea lui Dumnezeu".[4]

Pentru Martinus deci, evoluţia este un proces prin care viaţa este văzută că evoluează de la stadiul vegetal la cel animal, la regatul oamenilor şi apoi la dimensiunile superioare, despre care Hristos spunea: „Împărăţia mea nu este în această lume" (Ioan 18:36). Cel de-al treilea principiu al trinităţii –

care este lucrul creat, materia sau energia – are şase forme prime diferite. Cea mai de jos formă este energia instinctului, ca fiind factorul susţinător al conştiinţei în împărăţia plantelor. Energia instinctului este reprezentată, de exemplu, de germinaţia veşnică şi înflorirea bobocilor, şi o nouă floare care se dezvăluie instantaneu în timp ce predecesoarea care i-a dat viaţă moare. Următoarea este energia gravităţii. Aceasta-şi face intrarea în existenţă ca „principiul ucigaş", precum plantele carnivore care se trezesc la viaţă şi preiau conducerea în topul plantelor cu conştiinţă, îndemnându-le către o nouă culme – împărăţia animalelor. Frumoasele petale ale plantelor sunt transformate în dinţi şi gheare şi acum o vedem ca un animal şi nu o mai recunoaştem ca o plantă. Astfel, o plantă carnivoră este un stadiu tranzitoriu între plante şi împărăţia animalelor. Energia spirituală este inactivă la acest nivel.

Apoi, în mijlocul situaţiei supărătoare şi sufocatoare a gravităţii, precum războiul, se naşte energia sensibilităţii sau a sentimentului. Aceasta caută dezarmarea, pacea şi internaţionalismul. Astfel un dor de a relua viaţa paşnică pe care în mod voluntar au abandonat-o începe să le crească în minte.

Tabelul 5. Comparaţia planelor Universului

Plane	Martinus	Capitolul I
1	Energia mamă	Divin
2	Memoria	Monadic
3	Intuiţia	Atmic
4	Inteligenţa	Intuitiv
5	Sentimentul	Mental
6	Gravitatea	Astral
7	Instinctul	Fizic

Acest dor este spiritualitatea. Apoi, când sentimentul culminează, ies la iveală energiile inteligenţei, intuiţiei şi memoriei, în această ordine. Toate energiile îşi au propriul teritoriu. Aceste energii sunt în final acceptate în cea mai superioară energie: Energia Mama.

După filosofia lui Martinus, conştiinţa, deci existenţa individului, trece prin cele şapte plane. Aveţi în tabelul 5 cum cele şapte plane ale lui Martinus corespund celor şapte plane ale universului descrise în capitolul 1.

Religia ştiinţifică a lumii

Examinarea ideilor lui Jung, Sri Aurobindo, Martinus şi alţii ne-a arătat că există un numitor comun în toate credinţele şi tradiţiile lumii. Deşi se pare că sunt diferenţe între procedurile de urmat pentru Sine sau realizarea lui Dumnezeu, etapele sunt similare şi rezultatele convergente. De aceea sugerez că există o religie ştiinţifică comună a lumii, ale cărei principii sunt incluse în toate credinţele şi paradigmele ştiinţifice. Indiferent dacă eşti un hindus, musulman, creştin sau budist, sau dacă aparţii oricărei alte religii prin naştere sau adopţie, oricine poate de asemenea să pretindă că are doar o religie, un singur Dumnezeu şi o singură comunitate în întreaga lume. Putem numi o astfel de religie Religia Ştiinţifică a Lumii.

Mai jos redau doar câteva aproximări ale principiilor acestei credinţe. Ele sunt deschise la revizuiri, retractări sau adăugiri. Sunt binevenite comentariile şi sugestiile de la cititori.

1. În spatele conştiinţei se află o regiune psihică inconştientă infinită.

2. Conştiinţa conţine istoria evenimentelor din viaţa prezentă, în timp ce inconştientul conţine înregistrarea tuturor

vieţilor posibile trăite. De aceea, inconştientul posedă chiar şi istoria creaţiei individului spiritual de către Creator.

3. Centrul conştiinţei este numit Eu; centrul inconştientului este numit Sine.

4. Eul şi Sinele sunt doi centri într-o opoziţie din care nu se pot uni; pentru a-i aduce împreună este necesară o a treia parte transcendentă.

5. Această parte a treia transcendentă este numită psihic, suflet sau Atman şi are două părţi: inconştientul şi conştientul.

6. Aducerea inconştientului în conştient este numită iluminare, individuaţie sau dobândirea conştiinţei cosmice.

7. Conştiinţa cosmică continuă să interlaţioneze cu natura.

8. Există o conştiinţă mai sus decât cea cosmică în care este realizată identitatea cu Dumnezeu creatorul. Se spune că sufletul este asemănător lui Dumnezeu. La acest nivel se proclamă: „Aham Brahmasmi" sau „Eu sunt acela care este." Aceasta este realizarea lui Dumnezeu.

9. Dumnezeul absolut este sat-chit-ananda sau existenţă-cunoaştere-beatitudine.

10. În obţinerea totalităţii ca fruct al individuaţiei sau transformării, persoana poate descoperi obiecte în vise sau viziuni, precum personalităţi umane religioase sau atractive, cruci, cercuri sau alte simboluri ale dualităţii care pot să indice terminarea procesului.

11. Eul este necesar pentru stabilirea identităţii cuiva în lume şi pentru dezvoltarea relaţiilor necesare cu alţii. Eul este necesar pentru a face faţă lumii fenomenelor, pentru cerinţele vieţii de zi cu zi şi pentru o viaţă normală.

12. Odată ce idealul vieţii naturale este atins, Eul ar trebui depăşit. Acesta este ca ancora unui vas care trebuie ridicată pentru ca vasul să se mişte liber din nou în ocean. Dacă Eul nu este depăşit după ce şi-a îndeplinit scopurile fundamentale, poate

ţine pe loc conştiinţa şi face individul să vrea o viaţă de dorinţe şi satisfacţii. Dacă are loc transcederea Eului, dorinţele sunt eliminate. Poate că suferinţa de asemenea ar înceta.

13. Materia şi psihicul existent sunt manifestări ale părţii existente şi fericite ale lui Dumnezeu. Bucuria este forma pură a existenţei sufletului, în timp ce dorinţa este coruperea acestei stări care se manifestă sub forma plăcerilor lumeşti.

14. Există şapte nivele ale conştiinţei care corespund celor şapte dimensiuni ale Universului, pe care sufletul le traversează în stadiile succesive ale evoluţiei.

15. Sunt diferite metode de a aduce inconştientului în conştient sau de a atinge o conştiinţă superioară. Unele din aceste metode, cu anumite variaţii, sunt folosite de diverse credinţe şi tradiţii sau religii din lume.

16. Majoritatea credinţelor şi tradiţiilor au descoperit că există o energie spirituală latentă care trebuie trezită pentru a dobândi o conştiinţă superioară sau cosmică, realizarea Sinelui sau a lui Dumnezeu. Această energie este numită în Orient Kundalini.

17. Pe măsură ce Kundalini trece prin cele şapte chakre, personalitatea se transformă. Se trece prin şapte nivele de conştiinţă, se văd şapte culori, corespunzătoare ROGVAIV, şi se aud şapte sunete distincte în urechea interioară.

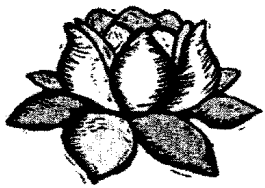
18. Când Kundalini ajunge la „centrul de comandă" dintre sprâncene, Eul este fragmentat în mii de părţi, canalul reîncarnării este distrus şi se deschid porţile către Împărăţia Cerurilor.

19. Există un sunet permanent care se aude intern, sunetul AUM, sau Lume, sau KALMA-I-ILAHI. Acest sunet este manifestarea lui Dumnezeu. Acest suflet ia sufletul şi-l remorchează înapoi spre divinitate.

20. Cea mai scurtă metodă de a trezi Kundalini este Calea Integrală, prezentată în capitolul 25.

PARTEA A PATRA

PORŢILE DE ACCES SPRE CONŞTIINŢA SUPERIOARA



CAPITOLUL 15

KARMA YOGA – CALEA ACŢIUNII PRIN ABANDONUL EULUI

Cunoaşterea obţinută prin analiza experienţelor care sunt susţinute de forţe nepercepute de simţurile fizice obişnuite este numită cunoaştere spirituală. Toate fiinţele umane sunt la nivele diferite de evoluţie. Aşa cum anumite raţionamente au susţinut ştiinţa modernă în evoluţia sa, aşa sunt fiinţe umane a căror idei sunt înaintea acestor raţionamente, privind experienţele ca forţe spirituale. Astfel de oameni au nivele suplimentare de conştiinţă, în prezent necunoscute ştiinţei şi majorităţii oamenilor. Aceste nivele de conştiinţă sunt etichetate drept „conştiinţă superioară", de către parapsihologi, „conştiinţă cosmică", de către transcedentali, şi „deschiderea celui de-al treilea ochi", de către hinduşi. În acest capitol vom explora mijloacele pentru a atinge o astfel de conştiinţă.

Vom discuta diferite metode, de la clasicii antici la ştiinţa modernă. Cititorii pot să le parcurgă cu răbdare şi să selecteze

una care se potriveşte temperamentului lor. Aşa cum nu există doi oameni care să aibă aceleaşi amprente, la fel doi oameni nu vor găsi potrivită pentru ei aceeaşi procedură. Chiar şi elevii aceluiaşi profesor pot să nu aibă aceeaşi abordare; aceasta va diferi corespunzător cu factorii lor personali. Mulţi oameni găsesc utile mai multe metode. În astfel de cazuri, ei pot acţiona pe ele simultan, combinându-le cu îndemânare pentru a realiza procesul mai repede. Eu personal cred că o combinaţie echilibrată de metode clasice sau fundamentale este utilă pentru două motive: pot produce rezultate în perioada unei singure vieţi şi efectele secundare ale înţelegerii greşite ale unei metode nu vor împiedica complet progresul. Am dezvoltat o astfel de metodă bazându-mă pe propria mea evoluţie şi experienţe; am numit-o Calea Integrală, care este prezentată în capitolul 25. Totuşi cititorii sunt încurajaţi să-şi urmeze propriile lor alegeri.

Metodele Vedice

Acestea sunt metode clasice ale filosofiei hinduse dezvoltate de *rishis*, profeţi sau yoghini de mii de ani. Găsiţi aceste metode explicate în Vede, Upanişade şi Bhagavad Gita. Krishna îşi sfătuieşte discipolul Arjuna să devină un yoghin prin adoptarea acestor metode. Cu toate acestea, cetăţenii moderni ai lumii le pot găsi dificile sau încete în producerea de rezultate. Ei pot dori să se orienteze spre metode mai rapide descrise ulterior în acest capitol.

Scopul existenţei omului este de a dobândi o stare de eliberare – care este o conştiinţă cosmică, viaţă şi materie, sau puterea transcedentală a Sinelui în care Eul nu acţionează. Aceasta este posibil în trei moduri:

1. *Karma yoga* – calea acţiunii prin abandonul Eului; necesită renunţarea la Eu şi dorinţe, a iniţiativelor personale şi

abandonul fiinţei către Sinele cosmic sau puterii universale numită *Shakti*.

2. *Jnana yoga* – calea cunoaşterii; necesită întreruperea gândirii, liniştirea minţii, deschiderea întregii fiinţe spre conştiinţa cosmică, sau Sine, sau realitatea supremă

3. *Bhakti yoga* – calea evlaviei, a rugăciunii; necesită abandonul inimii şi al întregii fiinţe în mâinile Preafericitului, stăpânul adorat al existenţei noastre. Această transformare ne dezvăluie gradual stăpânul secret al activităţilor noastre. De la sursa de voinţă şi cunoaştere supremă, el ne acceptă ca divina Shakti să activeze în interiorul nostru ca un instrument purificat şi slăvit.

Rishis, experimentând diverse metode şi realizând adevărul în stare de samadhi, au descoperit că toţi indivizii sunt la nivele fizice, mentale, emoţionale şi intuitive diferite. Ca urmare ei au împărţit fiinţele umane în trei grupuri:

1. Fiinţe raţionale şi intelectuale, în care raţiunea domină inima.

2. Fiinţe instinctuale şi emoţionale, în care inima domină raţiunea.

3. Fiinţe armonizate, în care raţiunea şi inima au o influenţă aproximativ egală.

În consecinţă, cele mai potrivite metode pentru realizarea Sinelui sunt jnana yoga (calea cunoaşterii), bhakti yoga (calea evlaviei) şi karma yoga (calea acţiunii prin abandonul Eului). O a patra categorie a fost mai târziu concepută, pentru aceia în care nici nivelul intelectual şi nici cel emoţional nu era suficient dezvoltat. Un set de reguli au fost prescrise iniţial şi îmbunătăţite gradual în cursul mileniilor. Numele dat acestui tip de yoga a fost *hatha yoga*, a cărei maeştri au fost sfinţii Patanjali, Gorakh Nath şi Jyaneshwar din Evul Mediu.

Kundalini yoga este o formă improvizată a acestui tip de yoga şi o vom trata separat.

O lucrare din cele patru care formează Vedele, Ajurveda, este dedicată pentru karma yoga, Rigveda este dedicată pentru jnana yoga, iar Samaveda este dedicată pentru bhakti yoga. În continuare, am detaliat cele trei metode de bază, începând cu karma yoga, care a primit atenţia lui Krishna în Bhagavad Gita, unde filosofia eliberării din falsitate a fost explicată într-un mod inteligibil.

Karma yoga: calea acţiunii prin abandonul Eului

Viaţa interioară a omului, care depinde în principal de natura fizică şi vitală, nu reprezintă întreaga existenţă reală. (1) Aspectul actual al omului este doar o aparenţă exterioară, a Sinelui ascuns. Trebuie înţeleasă distincţia lui Sankhya între suflet şi esenţa lui – puterea care cunoaşte, susţine şi informează, şi puterea care lucrează, acţionează şi oferă diferite instrumente, locuri de acţiune şi procese. Sufletul este omniprezentul, neschimbătorul Sine sau Brahman, în timp ce esenţa sufletului este fiinţa noastră mutabilă şi dinamică, care are de-a face cu lumea fenomenală.

Felul de a fi al sufletului acţionează prin trei modele fundamentale, sau calităţi, numite *gunas*: *tamasic, rajasic şi sattvic*. În acţiunea tamasică, o personalitate slabă este subiectul şi este satisfăcut de schemele mecanice ale gândirii şi este incapabilă de un efort mai puternic către o acţiune mai liberă sau cunoaştere. În tipul de acţiune rajasic, personalitatea activă încearcă să forţeze natura să-i satisfacă nevoile şi dorinţele, fără a înţelege că, făcând asta, este doar împlinirea cererilor naturii înseşi şi că, de fapt, în acest mod nu este nici o libertate. În tipul de acţiune sattvic, individul se străduieşte să trăiască ca o persoană iluminată, lucrând pe baza unor fundamente şi având idealuri, adevăr şi frumuseţe preferate, care din nou, sunt subiectul legilor naturii

sufletului. Aceste idealuri reprezintă doar fazele schimbătoare ale personalităţii şi nu duc la un mod de comportament definitiv sau o mulţumire permanentă. Aceia care trăiesc în oricare din cele trei moduri continuă să se învârtă în mişcarea karmei, ascultând de puterea Eului, dar nu în comuniune cu aceasta. În această stare nu există o libertate adevărată, eliberare, sau cunoaştere, ci numai obligaţii şi constrângeri.

Pentru a trăi libertatea, mai întâi trebuie să acceptăm eliberarea simţurilor noastre din strânsoarea ataşamentului lumii exterioare – care înseamnă ca simţurile noastre să înceteze urmărirea obiectelor exterioare şi să înceapă să caute în interior. Stăpânirea simţurilor va aduce împlinirea sufletului, care este în afara proceselor conştiinţei – existenţă de sine, linişte, autocunoaştere, neafectate de ataşamentul pasional pentru lumea exterioară. Acest lucru se realizează prin înţelegerea faptului că dorinţa caută să se satisfacă prin intermediul simţurilor, a căror singură ocupaţie este joaca cu pasiunile. Odată cu abandonul obiceiurilor vechiului Eu, prin înţelegerea naturii adevărate a dorinţei, pasiunea va cădea în dizgraţie. Bucuria iluzorie a posesiunilor, lăcomiei, succesului şi eşecului, plăcerilor şi neplăcerilor, care obişnuiau să întreţină pasiunea, vor dispărea din minte. Seninătatea domneşte. Mai mult, deoarece trebuie să trăim şi să muncim în lume, iar natura noastră anterioară era să urmărească rezultatele muncii noastre, vom aduce o schimbare radicală în natura muncii noastre, dar fără ataşament. Disocierea realităţii de Eu şi personalitate prin înţelepciune va aduce această schimbare în natura celui care acţionează. Această înţelegere va disocia sufletul de joc, făcându-l observatorul lucrării naturii şi abandonând aceste lucrări puterii din spatele scenei. Singurul obstacol este mintea, a cărei natură este de a alerga după sensurile obiectelor folosind raţiunea şi voinţa. Învăţarea liniştirii minţii va duce la conştiinţa Sinelui – calm, în repaus, neafectat de evenimentele

lumii, autosuficient şi trăind într-o satisfacţie eternă. Formula practică 1 prezintă etapele în karma yoga.

FORMULA PRACTICĂ 1: CALEA ACŢIUNII PRIN ABANDONUL EULUI

1. Consideraţi orice activitate ca o ofrandă adusă divinităţii din lume şi din interior. După iniţierea acestei atitudini a minţii şi inimii, va fi o schimbare rămânerea în starea de sinceri şi convingători în activităţile noastre.

2. Renunţarea la ataşamentul de rezultatele muncii noastre. Singurul rezultat dezirabil este prezenţa divină, conştiinţa şi puterea din noi. Când aceasta este împlinit, toate celelalte dispar. Aceasta este transformarea voinţei Eului, a sufletului plin de dorinţă şi a naturii umane cu dorinţe. Pasul doi curge din primul ca o funcţie naturală.

3. Transcederea egocentrismului, sentimentul că eşti lucrătorul sau făptuitorul. Aceasta va curge din primele două etape. Pe măsură ce sentimentul Eului este identificat, se ajunge la cunoaşterea adevărată care este o parte a divinului şi renunţarea la Eu urmează în mod natural, prin concentrarea asupra puterii divine, sau Shakti.

4. Abandonaţi la toate posesiile materiale.

Când Sinele ni se arată, începem să simţim pacea şi seninătatea. Creştem în deplinătatea calmului, armoniei, detaşării şi Sinelui. Simţurile se liniştesc, Eul se dizolvă într-o existenţă impersonală şi munca încetează să fie a noastră, să ne restricţioneze sau facă probleme. Natura continuă să lucreze, dar liniştea noastră autoexistentă nu este afectată. Totul este oferit Aceluia care este unitate, universalul Brahman.[2] „Odată eliberat, el/ea trebuie doar să continue să lucreze în sfera care i-a fost desemnată, de către Destin şi circumstanţe, până când marele moment soseşte, când el/ea în sfârşit dispar în infinit."[3]

CAPITOLUL 16

JNANA YOGA – CALEA CUNOAŞTERII

Calea cunoaşterii este poate cea mai importantă, deoarece include ştiinţa oficială (care este de asemenea în căutarea adevărului prin modul său experimental) şi paradigma occidentală, care include căutarea intelectuală a adevărului, inclusiv cercetările psihologice şi parapsihologice, lucările lui Jung şi ale altora. Recunoaşterea de către Vedanta a potenţialului intelectului uman va face oamenii să se mire de incapacitatea lor de a-şi folosi în întregime intelectul în căutarea adevărului. Vedanta urmează calea raţiunii pure şi creşte „giuvaierul discriminării" dintre adevăr şi fals, permanent şi temporal, real şi iluzie, ducându-ne la autocunoaştere, la cunoaşterea în care Sinele şi Dumnezeu sunt o singură conştiinţă. Calea este numită de asemenea raja yoga, adică regele practicilor yoga. Regele Janaka, socrul lui Rama, a fost probabil primul yoghin practicant de raja yoga.

Raman Maharishi s-a concentrat întotdeauna asupra gândului: Cine sunt Eu? Într-o zi el a ajuns la concluzia că Atman

şi Brahman sunt identici. Sankaracharya, Swami Vivekananda, Socrate, Aristotel, Platon, Gurdjief, Rudolf Steiner, William Wordsworth, Richard Maurice Bucke şi mulţi alţii au fost cu toţii gânditori care pot fi numiţi yoghini raja. Progresul etapelor pe această cale este mai mult sau mai puţin acelaşi ca în karma yoga şi, desigur, realizările finale sunt aceleaşi. Se merge în sensul îndepărtării ignoranţei strat după strat, aşa cum cineva îndepărtează una câte una frunzele unei verze, pentru ca în final să ajungă în inima adevărului. O vastă literatură este disponibilă pentru realizarea Sinelui, atât în Occident, cât şi în Orient, inclusiv Vedanta. Swami Vivekananda a scris cincisprezece volume pe acest subiect, fiecare de aproape cinci sute de pagini.

Această cunoaştere duce individul la un anumit stadiu de dezvoltare sau evoluţie, în care Eul încetează să mai controleze şi se primeşte înţelepciune, obţinând perceperea directă a adevărului de dincolo. Sri Aurobindo ne vorbeşte pe larg despre această cale:

> Într-un târziu, am învăţat că, atunci când raţiunea moare, Înţelepciunea se naşte; înainte de această eliberare am avut doar cunoaşterea.
> Există două puteri aliate în om: cunoaşterea şi înţelepciunea. Cunoaşterea este un adevăr parţial, văzut într-un mediu deformat, pe măsură ce raţiunea înaintează bâjbâind; înţelepciunea este ceea ce ochiul priveliştii divine vede în spirit.
> Când vorbesc, raţiunea spune „Aceasta voi spune"; dar Dumnezeu ia cuvintele din gura mea şi buzele spun altceva la care raţiunea tremură.
> Dacă omenirea ar putea să vadă, într-o străfulgerare a unei trăiri de scurtă durată, ce bucurie infinită, ce forţe perfecte, ce iluminare atinge cunoaşterea spontană, ce calm imens al fiinţei noastre stă în aşteptare pentru a afla întinderile pe care evoluţia noastră animală nu le-a

cucerit, oamenii ar lăsa totul şi nu s-ar odihni până când nu ar obţine aceste comori. Dar drumul este limitat, uşile sunt dificil de forţat şi frica, neîncrederea şi scepticismul sunt prezente, santinele ale Naturii, interzicând întoarcerea pe picioarele noastre de pe păşunile ei obişnuite.

Ceea ce sufletul vede şi a trăit, aceea el cunoaşte; restul este aparenţă, prejudecată şi părere.

Mi-au dovedit prin motive convingătoare că Dumnezeu nu există şi eu i-am crezut. După aceea l-am văzut pe Dumnezeu, deoarece El a venit şi m-a îmbrăţişat. Şi acum pe cine să cred, motivele celorlalţi sau propriile mele experienţe?

Halucinaţia este un termen ştiinţific pentru frânturile de adevăr iregulate pe care le primim, ignorate de preocupările noastre pentru materie... Termenul de halucinaţie este reflecţia în mintea umană şi în simţuri a unei alte realităţi, care este dincolo de Eul nostru limitat şi de percepţiile senzoriale.

Logica este căutarea conceptuală limitată a Adevărului, aşa cum virtuosul este imitatorul ignorant al virtuţii, pentru că unul nu-şi vede propriile greşeli sau altul propriile judecăţi arogante.

Semnul Înţelepciunii care apare este sentimentul că ştiu puţin sau deloc; şi totuşi, dacă aş putea să fiu deschis doar către Înţelepciunea mea, aş şti că posed deja totul.

Cunoaşterea este un copil orbit de realizările sale, el fuge pe străzi cu strigăte de luptă; Înţelepciunea ascunde puterea clarităţii sale într-o linişte atotcuprinzătoare şi puternică.

Spiritualitatea şi filosofia caută să salveze omul de Eul său; atunci Împărăţia Cerurilor din noi va fi în mod spontan reflectată într-un oraş divin exterior.[1]

Aici, înţeleptul ne spune că raţiunea şi cunoaşterea ne duc la un anumit nivel, după care cunoaşterea spontană şi

înţelepciunea preiau conducerea, ducând la experienţele sufletului, care sunt permanente. Îl trăim pe Dumnezeu în mod direct şi avem conştiinţa cunoaşterii Sinelui etern. Reflecţia în minte şi percepţia Sinelui, care este dincolo de mentalul nostru obişnuit şi percepţiile senzoriale sunt numite halucinaţii de către ştiinţă. Dar supranaturalul este acela care nu a fost încă înţeles. Revelaţia este trăirea sufletească directă a lui Dumnezeu, nu Dumnezeu care vorbeşte.

Solitudinea este locul sau starea fiinţei unde practicantul poate asculta spiritul şi cunoaşte adevărul spiritual. Adevărata solitudine există pretutindeni, chiar într-o mulţime sau câmp de bătălie, şi este o măsură a maturităţii emoţionale. Când mergem pe drumuri neumblate, cum spune Pitagora, ne dezvoltăm o dragoste pentru solitudine. În acest mod îl redescoperim pe Dumnezeu sau natura noastră divină.

Sri Aurobindo indică două modalităţi pentru apropierea de Dumnezeu:

1. Cu credinţă şi devotament, abandonează-te lui Dumnezeu, apropie-te mai mult de El şi într-o zi îl vei cunoaşte pe Dumnezeu.

2. Un căutător sceptic care se întreabă de orice şi care-şi pune mereu întrebarea „Cine sunt Eu", va ajunge de asemenea la adevăr.[2]

Prima este calea devoţiunii; a doua este calea cunoaşterii. Fiecare trebuie să aleagă calea pe care o preferă şi să se dedice ei. Alţii, care sunt neimplicaţi, nu vor cunoaşte nici o cale de a se apropia de Dumnezeu.

Majoritatea credinţelor şi tradiţiilor îl văd pe Dumnezeu ca fiind singurul autor, singurul factor activ. Sri Aurobindo arată că practicantul care a realizat acest lucru şi se consideră că – el sau ea – nu fac nimic, chiar când el sau ea realizează

lucrări de mare importanţă, şi-a stăpânit Eul şi este acum deschis spre Dumnezeu. „Dacă atunci când cu priceperea ta îndeplineşti acţiuni importante şi obţii rezultate gigantice", susţine el, „poţi percepe că priceperea ta nu face de fapt nimic, atunci să ştii, Dumnezeu a dat deoparte vălul care-ţi acoperea ochii".[3] Acesta poate fi înţeles printr-un simplu exemplu. Când merge cu trenul, cineva poate credeîn mod greşit că el sau ea duce o servietă; de fapt trenul duce servieta şi omul. Se asumă în mod eronat că suntem făptuitorii şi astfel acţiunile unei persoane se leagă de karma. Acţiunea care creează evenimente şi făptuitorul nu pot fi desemnaţi de un singur factor. O maşină merge deoarece are un motor, benzină şi un şofer care poate conduce. Dacă oricare element pretinde credit pentru maşina care merge, acest lucru nu reflectă realitatea. În mod similar, evenimentele zilnice au loc datorită multor factori cunoscuţi şi necunoscuţi; orice fiinţă care-şi asumă înfăptuirea pentru ea, greşeşte. Înţelegerea acestui lucru ne eliberează de crearea karmei şi ne deschide spre Dumnezeu.

Durerea şi suferinţa ne privesc pe majoritatea la un moment sau altul. Persoana obişnuită poate blama pe alţii, o circumsanţă particulară sau pe Dumnezeu, şi doreşte să scape cât mai rapid posibil. Sri Aurobindo arată că „durerea este atingerea Mamei, care ne învaţă cum să ne ducem viaţa şi să creştem rapid. La şcoala ei există trei stagii, prima suferinţa, apoi egalitatea sufletului şi, la urmă, extazul".[4] Durerea este cauzată de o sursă divină pentru a ne preda lecţiile necesare creşterii spirituale. Dacă durerea este suportată cu răbdare şi curaj şi se păstrează deschiderea pentru învăţăturile divine care se dau prin suferinţă, se ajunge în final la extaz.

Un aspirant la divinitate poate să aleagă două căi. Dorinţa dispare fie prin completa renunţare, fie prin satisfacţia totală; aceasta este o condiţie preliminară pentru a trăi realizarea lui

Dumnezeu. „Doar prin completa renunţare la dorinţe sau prin completa satisfacere a lor va fi trăită completa uniune cu Dumnezeu", ne spune înţeleptul, „deoarece în ambele cazuri precondiţia esenţială este îndeplinită – dorinţa dispare".[5] Aceasta este cel mai fundamental şi probabil cel mai important punct pe care se bazează două şcoli de filisofie hindusă. Regele Harish Chandra, ca şi alţi yoghini, şi-a depăşit pasiunea şi a renunţat la toate dorinţele. Şi-a părăsit tronul şi a trăit o viaţă obişnuită. Într-o zi, a început să se închine la soţia sa şi i s-a adresat ca *mata* (mama). Pentru el, toate femeile îşi luaseră forma zeiţei Mama, astfel anulând iluzia atracţiei sexuale. Aceasta este calea renunţării. Cealaltă cale este satisfacerea completă a tuturor dorinţelor şi eliberarea de ele înţelegându-le inutilitatea; această cale este cea arătată de Tantra. Kundalini este trezit prin ambele metode. Apa trebuie încălzită până la punctul de fierbere pentru a se transforma în abur. De asemenea, Kundalini, dacă este lăsat la foc mic, poate dura o viaţă fără să aducă eliberarea, ci numai o altă învârtire a roţii karmei. În anumite condiţii, aşa cum apa se transformă în abur, la fel omul se poate transforma în Dumnezeu. Din acest motiv, fiecare dintre noi va alege în această viaţă sau în alta o cale pentru a îndeplini acest obiectiv de neevitat.

Un sfânt sau un avatar pot fi o manifestare fizică a lui Dumnezeu. Totuşi, Dumnezeu absolut este fiinţa de o potenţialitate infinită din spatele personalităţii sfântului sau avatarului, care este centrul actual de concentrare şi înţelegere. Acesta este scopul final. Cuvântul AUM reprezintă potenţialitatea lui Dumnezeu.

Ramakrishna, Sri Aurobindo ne spune, a fost „Dumnezeu acela care s-a manifestat într-o fiinţă umană; dar în spatele lui este Dumnezeu în personalitatea Lui infinită şi personalitatea Lui universală". Şi ce a fost Vivekananda? „O rază de lumină strălucitoare din ochiul lui Shiva; dar în spatele lui este eterna

privire divină din care provine şi Shiva însăşi, şi Brahma, şi Vishnu, şi Om, cu toţii sunt această privire."[6] Învăţăm că păcatul şi virtutea există, în timp ce adevărul sufletului este latent; pe măsură ce Sinele este realizat, dualitatea păcatului şi a virtuţii dispare. „Acceptăm dubla lege a păcatului şi virtuţii ca fiind unite, deoarece nu realizăm idealul vieţii şi cunoaşterea care să ne ghideze spontan şi fără greş sufletele către împlinirea Sinelui. Legea păcatului şi virtuţii îşi pierde pentru noi valabilitatea când soarele lui Dumnezeu străluceşte peste sufletele noastre cu adevăr, iubire şi splendoare solemnă."[7]

Iisus Hristos s-a încarnat pentru fraţii şi surorile Lui, pentru a vindeca prin prezenţa Lui şi a ne împinge un pas mai aproape de Dumnezeu. Faptul că cineva este o fiinţă superioară nu te va salva şi nu poate salva sau elibera pe alţii. Chiar şi acum, fiecare suflet îşi serveşte cât de bine poate fiinţa umană prin trăirea acestor idei universale.

Mohammed s-a bucurat de o viaţă bogată şi plină, căsătorindu-se de câteva ori. Aceasta arată că nu este necesar să renunţi la bucuriile vieţii şi să devii un pustnic pentru a te realiza spiritual. Prin trăirea în lume a unei vieţi pline, poţi de asemenea să fii retras în interior, trăind evenimentele lumii fizice într-un mod detaşat. Regele Janak al mitologiei hinduse a trăit de asemenea o viaţă plină de plăceri. Într-o plimbare de dimineaţă în timpul vizitei făcute unui *sadhu* (pustnic), un guru celest, dorind să-i ofere o lecţie, a creat o *maya* (iluzie), în care tot palatul părea să fi luat foc. Regele Janak a fost neimpresionat de scenă şi a spus că nu el a adus acele lucruri în lume şi că nu este îngrijorat de distrugerea lor. Dar pustnicul a exclamat că *langot* (lenjeria de corp colorată) şi *kamandalu* (vasul pentru cerşit pe care-l avea) ar arde, şi a fugit spre palat să le salveze. Cine a fost adevăratul pustnic? Cultivarea atitudinii de renunţare aduce claritate. Aparenţele exterioare nu sunt niciodată importante.

Când studiem scrierile diverşilor sfinţi vorbind despre semnele unei persoane cu adevărat spirituale, unanimitatea părerilor lor este interesantă. De la Sri Aurobindo auzim:

> Trăieşte în interior; nu fi impresionat de evenimentele exterioare. Sannyasa (renunţarea) poartă veşminte de formă şi semne exterioare; de aceea, oamenii cred că-i pot recunoaşte uşor; dar libertatea unui Janaka (socrul lui Rama) nu se autoproclamă şi poartă hainele lumii; datorită prezenţei sale, chiar şi Narada (mare înţelept) a fost orbit... Dacă nu poţi vedea sufletul, cum poţi spune dacă un om este liber sau legat?[8]

De altfel, Dhammapada observă:

> Nu prin raderea în cap un om devine religios; doar adevărul şi cinstea îl reprezintă pe adevăratul om religios.[9]

Şi în *Book of the Golden Precepts* citim:

> Nu vă gândiţi că dacă locuiţi într-o pădure întunecoasă, într-o mândră retragere, departe de oameni, şi nu vă gândiţi că dacă trăiţi numai cu plante şi rădăcini, astâmpărându-vă setea cu zăpadă, veţi ajunge la scopul mântuirii.[10]

Filosoful chinez Fo-Shu-Hing-Tsan-King este de acord că:

> Deşi trupul poate fi împodobit cu bijuterii, inima poate că şi-a depăşit pornirile lumeşti; acela care primeşte cu indiferenţă bucuria şi durerea este în posesia vieţii spirituale, deşi existenţa lui exterioară se derulează în societate; veşmintele asceţilor nu sunt o protecţie împotriva gândurilor senzuale.
> Deşi trupul poate purta straiele omului mirean, sufletul se poate înălţa la cea mai înaltă perfecţiune. Omul din lume şi ascetul nu diferă unul de altul dacă ambii şi-au înfrânt egoismul. Atâta timp cât inima este ataşată de pornirile

senzuale, toate semnele exterioare ale ascetismului sunt vanitate.
Un om retras poate să-şi rateze mântuirea, iar un om de lume poate deveni un înţelept.[11]

Textele budiste conţin aceleaşi lecţii:

Acela care practică înţelepciunea fără supărări sau lăcomie, acela care îşi îndeplineşte cu fidelitate promisiunile faţă de sine şi are autocontrolul asupra sa, este într-adevăr un om religios.
Acela care veghează asupra propriului corp, discurs, întregului Sine, acela care este plin de seninătate şi bucurie, care posedă un spirit unificat şi găseşte satisfacţie în solitudine, este într-adevăr un om religios.
Acela care şi-a învins dorinţele vieţii prezente şi viitoare, care şi-a înfrânt orice teamă şi a rupt toate condiţionările, este într-adevăr un om religios.
Acela care nu pedepseşte, nu ucide şi nu permite să fie ucis, acela care este plin de dragoste printre aceia care sunt plini de cruzime, este într-adevăr un om religios.[12]

De asemenea Saadi ne învaţă:

Un individ desfrânat care împrăştie încântare în jurul lui, este mai bun decât practicantul care posteşte întregul an. Postul este o cinste pentru omul care îşi revarsă din sfinţenie către păcătoşi, altminteri ce umilinţă este să iei seara o masă de la care te-ai abţinut toată ziua?

Chuang Tse îşi susţine convingerea că „a posti înseamnă să nu consumi nici vin şi nici carne; nu este postul inimii acela care menţine în sine un singur gând". Pastorul din Hermes este de acord, spunând că „aceasta ar trebui să fie adevăratul mod de a-şi ţine postul, că nu ar mai trebui să păcătuiască."[13]

Când studiem scrierile diverşilor sfinţi vorbind despre semnele unei persoane cu adevărat spirituale, unanimitatea părerilor lor este interesantă. De la Sri Aurobindo auzim:

> Trăieşte în interior; nu fi impresionat de evenimentele exterioare. Sannyasa (renunţarea) poartă veşminte de formă şi semne exterioare; de aceea, oamenii cred că-i pot recunoaşte uşor; dar libertatea unui Janaka (socrul lui Rama) nu se autoproclamă şi poartă hainele lumii; datorită prezenţei sale, chiar şi Narada (mare înţelept) a fost orbit... Dacă nu poţi vedea sufletul, cum poţi spune dacă un om este liber sau legat?[8]

De altfel, Dhammapada observă:

> Nu prin raderea în cap un om devine religios; doar adevărul şi cinstea îl reprezintă pe adevăratul om religios.[9]

Şi în *Book of the Golden Precepts* citim:

> Nu vă gândiţi că dacă locuiţi într-o pădure întunecoasă, într-o mândră retragere, departe de oameni, şi nu vă gândiţi că dacă trăiţi numai cu plante şi rădăcini, astâmpărându-vă setea cu zăpadă, veţi ajunge la scopul mântuirii.[10]

Filosoful chinez Fo-Shu-Hing-Tsan-King este de acord că:

> Deşi trupul poate fi împodobit cu bijuterii, inima poate că şi-a depăşit pornirile lumeşti; acela care primeşte cu indiferenţă bucuria şi durerea este în posesia vieţii spirituale, deşi existenţa lui exterioară se derulează în societate; veşmintele asceţilor nu sunt o protecţie împotriva gândurilor senzuale.
> Deşi trupul poate purta straiele omului mirean, sufletul se poate înălţa la cea mai înaltă perfecţiune. Omul din lume şi ascetul nu diferă unul de altul dacă ambii şi-au înfrânt egoismul. Atâta timp cât inima este ataşată de pornirile

senzuale, toate semnele exterioare ale ascetismului sunt vanitate.
Un om retras poate să-şi rateze mântuirea, iar un om de lume poate deveni un înţelept.[11]

Textele budiste conţin aceleaşi lecţii:

Acela care practică înţelepciunea fără supărări sau lăcomie, acela care îşi îndeplineşte cu fidelitate promisiunile faţă de sine şi are autocontrolul asupra sa, este într-adevăr un om religios.
Acela care veghează asupra propriului corp, discurs, întregului Sine, acela care este plin de seninătate şi bucurie, care posedă un spirit unificat şi găseşte satisfacţie în solitudine, este într-adevăr un om religios.
Acela care şi-a învins dorinţele vieţii prezente şi viitoare, care şi-a înfrânt orice teamă şi a rupt toate condiţionările, este într-adevăr un om religios.
Acela care nu pedepseşte, nu ucide şi nu permite să fie ucis, acela care este plin de dragoste printre aceia care sunt plini de cruzime, este într-adevăr un om religios.[12]

De asemenea Saadi ne învaţă:

Un individ desfrânat care împrăştie încântare în jurul lui, este mai bun decât practicantul care posteşte întregul an. Postul este o cinste pentru omul care îşi revarsă din sfinţenie către păcătoşi, altminteri ce umilinţă este să iei seara o masă de la care te-ai abţinut toată ziua?

Chuang Tse îşi susţine convingerea că „a posti înseamnă să nu consumi nici vin şi nici carne; nu este postul inimii acela care menţine în sine un singur gând". Pastorul din Hermes este de acord, spunând că „aceasta ar trebui să fie adevăratul mod de a-şi ţine postul, că nu ar mai trebui să păcătuiască."[13]

Ramakrishna ne spune că „nu pot să mă gândesc la acele întrebări prosteşti cum sunt cele despre mâncarea de post, dar aş propune o dietă vegetariană simplă, iar pentru acela care nu doreşte să atingă Absolutul, carnea de vită este la fel de recomandată ca mâncarea de post". În acelaşi mod, Amaghanda Sutta ne învaţă că „nu mâncatul cărnii este acela care face un om impur; este mânia, lipsa de cumpătare, egoismul, ipocrizia, invidia, ostentaţia, vanitatea, mândria; este plăcerea de a trăi în societatea acelora care perpetuează injustiţia".

De altfel Pali Canon observă:

> „Nici abstinenţa de la carne şi peşte, nici cerşitul, nici rasul în cap sau părul împletit, nici mortificarea trupului, nici hainele de culori speciale, nici adorarea unui dumnezeu nu pot purifica omul care este încă deschis iluziilor."[14]

Astfel învăţăm de la maeştri că aparenţele exterioare şi viaţa exterioară sunt fără substanţă adevărată; atitudinea interioară şi viaţa interioară sunt cele care contează. O persoană poate fi vegetariană sau casnică, poate trăi în pădure sau într-un palat, se poate rade în cap şi să poarte haine de şofran, să aibă un păr frumos şi să poarte un costum cu cravată, să meargă pe jos sau să conducă o maşină – nu contează. Dacă el sau ea a depăşit Eul şi aroganţa, nu ucide şi nu suportă crimele, este umil şi plin de compasiune pentru toţi, primeşte la fel bucuria şi supărările, inima nu-i este îngreunată de porniri senzuale, este ghidat de înţelepciune, este senin şi se simte bine în singurătate, atunci este o persoană spirituală. Astfel de oameni pot avea o viaţă lumească plină, dar sunt aproape de realitate şi îl au pe Dumnezeu. O altă persoană, căreia îi lipsesc aceste virtuţi, poate să trăiască într-o mănăstire cu capul ras şi haine de şofran, şi cu toate acestea să fie separată de adevăr şi Dumnezeu. Este un scop să aspiri să devii un yoghin (care trăieşte în interior) şi nu un cărturar (cineva care este teoretic

cognoscibil). Desigur, o persoană realizată va fi un yoghin şi un cărturar. După cum este scris: „Acela a cărui minte este complet purificată de orice rău precum Soarele este fără pată şi urmă de murdărie, pe acela într-adevăr îl numesc un om religios".[15]

Afirmaţiile următoare provin de la diverşi sfinţi, care identifică sufletul cu Dumnezeu. Este încurajator să vezi sfinţi din întreaga lume care să confirme unul şi acelaşi lucru:

> Vedanta spune „Omule, eşti făcut din aceeaşi natură şi substanţă cu Dumnezeu, un singur suflet cu omul pereche. Trezeşte-te şi avansează către divinitatea cea mai pură, trăieşte-l pe Dumnezeu în tine şi în alţii." Această evanghelie care a fost dată doar pentru puţini, acum trebuie oferită întregii omeniri pentru mântuire.
>
> – SRI AUROBINDO

> De ce omul trebuie să continue să caute? El este în bătăile inimii tale şi nu o ştii; persişti în eroare în căutarea Lui în afară. Dumnezeu este Sinele meu cel mai intim, realitatea fiinţei mele.
>
> – VIVEKANANDA

> Dumnezeu nu poate fi recunoscut, ci trăit doar în tine însuţi. Atâta timp cât nu-L găseşti acolo, nu-L vei găsi nicăieri. Nu este nici un Dumnezeu pentru omul care nu-L găseşte în interior.
> Cea mai mare bucurie pe care omul o poate înţelege este bucuria recunoaşterii în sine a unei fiinţe libere, inteligente, iubitoare şi, în consecinţă, fericită, sau care îl trăieşte pe Dumnezeu în sine.
>
> – TOLSTOI

Supremul Brahman, Sinele tuturor, marele sălaş al universului, mai subtil decât subtilul, etern, Aceasta eşti tu însuţi şi tu eşti făcut din Asta.

– KAIVALYA UPANISHAD

Tu eşti făcut din Asta... nu o parte, nu un fel de a fi al Lui, ci identic cu El, spiritul absolut.

– CHANDOGYA, UPANIŞADE

Dumnezeu eu însumi; suntem una în conştiinţă şi cunoaşterea Lui este cunoaşterea mea. Dacă eu nu aş fi, Dumnezeu nu ar exista.

– ECKHART

Mesajul profund care ne parvine de la învăţătorii diverselor credinţe şi tradiţii este că bărbatul şi femeia, ca şi suflet, sunt identici şi în uniune cu Dumnezeu. Acesta este adevărul cel mai înalt care trebuie recunoscut pe drumul evoluţiei spirituale. Există o poveste în Chandogya, Upanişade, care spune despre două păsări care stăteau într-un copac încărcat cu fructe ispititoare. Fructele au atras atenţia unei păsări; ea le-a mâncat şi, deşi era plină, gata să pocnească, îşi dorea mai multe, şi a zburat în împrejurimi să găsească alţi copaci cu fructe. Cunoscându-şi doar propria dorinţă, în cele din urmă şi-a uitat propria identitate. Cealaltă pasăre, încrezătoare că natura îi va oferi întotdeauna cele necesare vieţii, a mâncat numai să-şi potolească foamea şi şi-a păstrat identitatea. Prima pasăre este omul, cea de-a doua pasăre este Dumnezeu. În momentul în care prima pasăre îşi aminteşte de identitatea sa originară, ea de asemenea devine Dumnezeu.

Parcurgerea drumului cunoaşterii poate părea să fie un proces lent, dar este o cale sigură şi mulţi au ajuns la trezire în acest mod. Aceia care au parcurs-o cu toată convingerea (vezi Socrate şi Raman Maharishi), au găsit-o rapidă şi uşoară.

Înţelepciunea poate răsări într-o zi din tine dacă următoarele etape sunt parcurse.

METODA PRACTICA 2:
JNANA YOGA (CALEA CUNOAŞTERII)

1. Mergi pe calea raţiunii pure care duce la autocunoaştere.

2. Continuă să îndepărtezi strat după strat de ignoranţă, întrebându-te fără încetare: „Cine sunt eu?"

3. Un prim nivel este atins când Eul încetează să mai controleze şi înţelepciunea renaşte.

4. Recunoaşte nemurirea pe măsura trezirii şi identificării cu Sinele cel nenăscut şi fără de moarte.

5. Percepe nonacţiunea care produce efecte şi deschide calea adevărului. Cu alte cuvinte, în orice circumstanţe aminteşte-ţi că nu eşti factorul activ şi rămâi liber de a crea noi legături karmice. Ajută-i pe alţii, fără a înţelege greşit adevărata natură a actelor tale.

6. Concentrează-te asupra suferinţei şi descoperă că aceasta duce la o intensă fericire. Suferinţa ne învaţă purtându-ne prin trei stadii: răbdare, uniformitatea sufletului şi extazul.

7. Abandonează dependenţele de legăturile exterioare care te fac vulnerabil, făcând astfel loc lui Dumnezeu să intre.

8. Renunţarea completă şi satisfacţia deplină a dorinţelor, ambele duc la adevăr; în ambele cazuri, dorinţa dispare, precondiţia necesară. Alege una din căi şi persevereză în ea.

9. Cunoaşte că renunţarea interioară a dorinţei, ignoranţei şi egoismului duc la adevăr, nu neapărat viaţa monahală. Prin renunţarea interioară, poţi ajunge un yoghin jnana. Dobândirea cunoaşterii şi ajungerea la nivelul unui învăţat este doar punctul de pornire.

10. Oricând ajungi să cunoşti că Atman şi Brahman sunt aceiaşi, sau că tu şi Tatăl sunteţi Unul, să ştii că ai împlinit adevărul.

CAPITOLUL 17

BHAKTI YOGA – CALEA EVLAVIEI

Krishna i-a declarat în mod categoric lui Arjuna că, din toate Vedele, Sama-Veda, care descrie *bhakti* (evlavia, rugăciunea), este considerată ca având o importanţă majoră. Cu cuvintele lui: „Dintre toate Vedele, eu sunt Sama Veda."[1] Căile spirituale prin abandonul Eului şi cunoaştere aduc individul la înţelegerea faptului că Sinele, sau Atman, este identic cu Brahman. Dar Krishna a spus că aceasta este cunoaştere care nu duce la mântuire: „Este Rasa (Bucuria) şi numai Rasa care-l înconjoară (bhakti) pe toate părţile şi-l învăluie. Dumnezeu însuşi este Rasa personificat şi Rasa este casa fericirii supreme. Doar prin Bhakti cineva îl poate percepe pe Dumnezeu, reprezentarea lui Rasa".[2]

După Poddar, practica bhakti yoga este pe primul loc, dintre disciplinele Vedice, pentru realizarea iubirii divine. La sfârşit, bhakti însăşi se manifestă ca iubire divină. Secretul iubitului poate fi cunoscut ca fiind rezultatul iubirii intime, exclusive, constante şi necondiţionate. Cu cuvintele dr. Sahai

Chaturbhuj: „În apropierea lui Dumnezeu, când dragostea care l-a cuprins pe practicant începe să fie absorbită în conştiinţa Lui, atunci aceasta este numită «upasana», iar starea mai profundă este numită «samadhi». Yoga sau întâlnirea cu sine însuşi este posibilă în samadhi."[3]

Deşi nenumăraţi oameni s-au aruncat direct în bhakti yoga, sau yoga evlaviei, o cale mai rapidă şi posibil mai concretă în rezultate este prin acţiunea fără Eu (karma) şi prin cunoaştere (jnana). Bhakti nu se opune la karma yoga şi nu există nici o competiţie între jnana yoga şi bhakti yoga. De fapt, aceia care posedă înţelepciunea reală şi cunoaşterea adevărului au obţinut împlinirea divină. Poddar a scris un comentariu pentru aforismele lui Devarsi Narada, dedicate descrierii lui bhakti, care sunt îndreptate spre un dumnezeu personal. El a discutat despre piedicile care stau în calea creşterii lui bhakti, metodele de a ajunge la el şi măreţia lui bhakti şi practicanţilor săi. Krishna a enunţat în Bhagavad Gita că un adept care se cunoaşte pe sine şi este înţelept, este iubit complet de către el.

Maharsi Vyas, pătruns de viziunea spirituală, a împărţit Vedele în patru părţi, apoi a compus Mahabharata, pe care a numit-o cea de-a cincea Veda, şi a mers mai departe cu *puranas*. Cu toate acestea nu era pace în inima lui; ceva lipsea. Devarsi Narada i-a apărut în faţă şi a spus că motivul nefericirii lui era că nu a adus slavă lui Dumnezeu şi nu a descris gloria Lui în acelaşi mod în care le-a descris în alte aspecte din dharma. Devarsi Narada, care cunoştea adevărurile Vedelor, a pus bhakti yoga (calea evlaviei) pe un loc foarte important.

În *Bhakti-Rasayana*, Madhusudan Saraswati a împărţit bhakti pe unsprezece nivele. Un practicant de bhakti yoga va dori să găsească un sfânt sau o persoană împlinită şi să se dedice acelei persoane, urmând etapele din Formula Practică numărul 3.

FORMULA PRACTICĂ 3:
BHAKTI YOGA (CALEA EVLAVIEI)

1. Slujirea unor mahapurusha (om deosebit).

2. Dobândirea calificărilor demne de atenţia acestora.

3. Credinţa în dharma practicată de ei.

4. Aflarea gloriei divine cu veneraţie.

5. Ascultarea şi dezvoltarea de dragoste divină.

6. Dragostea divină care duce la realizarea Sinelui.

7. Realizarea Sinelui care duce la creşterea dragostei în forma supremă a extazului.

8. Germinaţia fericirii supreme prin creşterea dragostei.

9. Adeziunea fermă la *bhagavata dharma* (datoria faţă de Dumnezeu).

10. Dezvoltarea calităţilor unui *bhagavata* (persoană realizată).

11. Dobândirea celei mai clare împliniri a dragostei.

Conform cu *Bhakti Sutras* a lui Devarsi Narada, bhakti, sau evlavia, este dezvoltarea dragostei necondiţionate pentru Dumnezeu. Această realizare deschide spre împlinirea lui Dumnezeu, înţelegerea veşniciei şi păcii. Prin împlinirea dragostei, persoana devine alienată, tăcută şi senină în Sine. Dragostea nu are nici un element al dorinţei, fiind prin natura sa *nirodha* (renunţare). Renunţarea consistă în abandonul tuturor formelor de ataşament pentru acţiune, lumească ca şi spirituală; poate de asemenea să fie numită o dragoste exclusivă spre Dumnezeu şi indiferenţă pentru tot ceea ce nu pare să fie Dumnezeu, ca frica, furia şi lăcomia. În exclusivitate, toate lucrurile sunt trăite ca fiind Dumnezeu. Indiferenţa pentru tot ce nu este Dumnezeu consistă în conformarea la viziunea laică şi spirituală că Dumnezeu este creatorul tuturor celor care există. Există un nivel când toate activităţile, spirituale şi

cotidiene, îşi încetează cursul; dar până când acel nivel este atins, ambele forme de îndatoriri trebuie să fie realizate în mod scrupulos. În realitate, toate activităţile sunt experienţe spirituale şi nu încetează, chiar şi în cazul morţii corpului fizic.

Diferite şcoli au diferite definiţii ale lui bhakti. Conform cu Maharishi Vedvyasa, fiul lui Parasara, bhakti înseamnă ataşamentul pentru venerarea lui Dumnezeu şi alte practici asemănătoare. În opinia lui Garga, bhakti înseamnă înclinarea pentru a auzi istoriile diferitelor lucrări ale Domnului. În concepţia lui Sandilya, ataşamentul suprem pentru Dumnezeu nu este opus pentru dragostea Sinelui, deoarece Dumnezeu este Sinele.[4] Narada a dat exemple de evlavie ale *gopies* (lăptăreselor), care sunt întotdeauna în uniune eternă cu Dumnezeu şi care nu au nevoie de nici o yoga sau meditaţie. Chiar şi în stare de neatenţie, nu este nici o absenţă a gloriei divine la lăptărese. Dragostea limitată de îmbuibare, privarea de cunoaşterea prezenţei divine, este dragostea unui concubin; în aceasta nu este nici o bucurie pe care ţi-o poate da un iubit.

După Narada, dragostea divină este superioară chiar şi karmei (acţiunea), jnanei (cunoaşterea) şi yoga; este o limită în ea însăşi, astfel încurajând pe anumiţi care caută eliberarea să adopte această cale a evlaviei.[5]

Indiferent de metodele iubirii, profesorii şi profeţii au recomandat renunţarea la obiectele lumeşti şi ataşamente. Succesul este obţinut printr-o neîncetată *bhajana* (cântec religios pentru gloria lui Dumnezeu). Dar cerinţa principală se spune că este graţia unui mahapurusha (un mare suflet care l-a realizat pe Dumnezeu) sau o fărâmă din graţia divină, după care urmează alte practici, după cum era de aşteptat. Totuşi, contactul cu un mahapurusha este rar. Deoarece Dumnezeu şi adoratorii săi sunt aceeaşi conştiinţă, este recomandat ca să-ţi pregăteşti apropierea cu dragoste de Dumnezeu.

Se spune că prezenţa răului este principalul obstacol pentru împlinirea iubirii divine care deja există în noi, deoarece o asemenea companie încurajează poftele, furia, lăcomia şi pierderea înţelepciunii. Acestea apar la început ca undele unui lac şi, mai târziu, ajung la dimensiunile furtunilor oceanice.

Aceia care renunţă la toate ataşamentele, slujesc marile suflete şi nu privesc nimic a fiind al lor, vor trece de *maya* (iluzia). Aceia care dobândesc izolarea interioară, taie toate legăturile cu lumea, transcend cele trei *gunas* (expresii ale naturii) şi abandonează toate gândurile de *yog* (care generează trebuinţele) şi *kshem* (siguranţa posesiilor) renunţă nu doar la fructul acţiunii, dar şi la acţiunea însăşi, astfel renunţând la toate şi devenind indiferent la toate polarităţile. Aceia care renunţă în totalitate chiar şi la Vede şi dobândesc fără încetare dragostea nemărginită pentru Dumnezeu, vor trece dincolo de *maya* (iluzia) şi-i vor ghida pe alţii dincolo.

Dragostea divină nu poate fi descrisă în cuvinte. Acela care o trăieşte nu vorbeşte despre asta şi acela care vorbeşte nu o trăieşte. Dragostea necondiţionată se dezvăluie la câteva persoane care i se abandonează. Această dragoste este fără dorinţă, fiecare trăire este tot mai puternică şi totuşi mai subtilă decât cea mai subtilă. La dobândirea acestei iubiri, credinciosul vede numai dragoste, aude numai dragoste, vorbeşte numai despre dragoste şi se gândeşte numai la dragoste. Dragostea divină fiind considerată primordială, dragostea secundară sau evlavia este de trei feluri, după cele trei moduri ale naturii: *sattvic* (pură), *rajasik* (activă) şi *tamasic* (care conţine forţa de inerţie), după cum au fost definite mai înainte în detaliu.

După Narada, printre toate formele de practici spirituale, practica evlaviei este cea mai uşoară, ceea ce este o dovadă în sine că aceasta este din natura păcii şi fericirii supreme. După abandonul de sine şi al propriilor scopuri (temporare şi spirituale) ale lui Dumnezeu, practicantul nu se va îngrijora despre

problemele lumeşti; cu toate acestea, activităţile sociale nu vor fi abandonate până când nu se ajunge la desăvârşirea evlaviei, practica evlaviei într-un mod detaşat şi renunţarea la fructul acţiunii. Dacă practicantul şi-a oferit toate activităţile lui Dumnezeu şi este încă tulburat de pofte, furie şi aroganţă, iar acestea pot fi abandonate lui Dumnezeu, fiind văzute ca iluzii ce sunt, vor fi uitate.

Dizolvă tripla conştiinţă (adorarea, adoratorul şi obiectul adorat) şi cultivă doar dragostea, în forma slujirii fără întrerupere a lui Dumnezeu. Evlavia supremă pentru Dumnezeu poate fi superioară în realizarea mântuirii, dacă este comparată cu cele cinci tipuri de mukti, sau eliberări. Acestea sunt:

1. *Salokya* (sălăşluirea în Casa Domnului)

2. *Samipya* (traiul în apropierea Domnului)

3. *Sarsti* (fericirea de a avea aceleaşi puteri ca Dumnezeu)

4. *Saripya* (posibilitatea de a avea o formă similară cu cea a lui Dumnezeu)

5. *Sayujya* (identitatea absolută cu Dumnezeu)[6]

Când adepţii vorbesc cu vocea sugrumată de emoţie, cu părul săltând de bucurie şi ochii umeziţi de lacrimi, ei îşi sfinţesc neamul şi pământul. De asemenea ei întăresc inviolabilitatea lumilor sacre şi oferă autoritate scripturilor, deoarece ei sunt una cu Dumnezeu. Printre adepţi, nu există distincţii datorate castei, educaţiei, aparenţelor, naşterii, bogăţiei sau profesiei, deoarece pentru Dumnezeu sunt toţi la fel. Este o fărădelege să faci discriminări împotriva oricărui om. Se spune că există în general 64 de tipuri de ofense.

Acceptarea situaţiilor competitive creează oportunităţile pentru excesele Eului. Meditaţia asupra scripturilor care promovează evlavia şi realizarea faptelor de evlavie va da naştere la o evlavie curată. Aplicarea celor zece principii din Formula

Practică nr. 4 constituie activităţile principale care ajută în obţinerea înţelegerii divine.[8]

FORMULA PRACTICĂ 4:
APTITUDINEA PENTRU DRAGOSTEA DIVINĂ

1. Observarea atentă a activităţilor prescrise pentru *varna* din care faci parte şi ashram; renunţarea care duce pe de o parte la *brahmachari*, *vanaprasthi* şi *sanyasi*, şi pe de altă parte la *grahastha*; cinstirea părinţilor, a colegilor spirituali, a copiilor şi a altor cunoscuţi cu respectul cuvenit şi afecţiune în spiritul înţelegerii lui Dumnezeu; obţinerea unui stil de viaţă prin mijloace curate şi morale; realizarea de acte de caritate şi cumpătare aşa cum sunt ele prezentate de scripturi.

2. Practica *sadachara*.

3. Obţinerea stării de *satsanga*; ascultarea şi *kirtan* a gloriei divine şi meditarea la acestea

4. Practica *japa* a numelui divin şi amintirea şi kirtan lui.

5. Adorarea lui Dumnezeu; rugăciuni şi mătănii.

6. Slujirea personală a sfinţilor şi îndeplinirea poruncilor lor cu plecăciuni.

7. Locuirea pentru o perioadă în locurile sfinte de pelerinaj.

8. Compasiunea pentru fiinţele în suferinţă şi ajutorarea lor cu cât se poate de mult, cu trupul, mintea şi averea.

9. Oferirea rezultatelor tuturor acţiunilor lui Dumnezeu.

10. Observarea lui Dumnezeu în toate fiinţele vii.

Krishna a descris în Bhagavad Gita semnele adepţilor, după cum urmează:[9]

1. Acela care nu este invidios, este un prieten blând al tuturor fiinţelor vii şi nu se vede pe sine ca posesor; acela care este eliberat din falsul Eu, senin în timpuri de bucurie şi necaz,

tolerant, autocontrolat şi hotărât în devotamentul său; acela a cărui minte şi inteligenţă sunt concentrate asupra Mea.[10]

2. Acela care nu-i pune pe alţii în dificultate şi nu este influenţat de alţii; acela care este echilibrat în fericire şi tristeţe, entuziasm şi anxietate.[11]

3. Acela care nu este dependent de cursul obişnuit al evenimentelor, este pur, expert, fără griji, liber de suferinţă şi care nu se zdrobeşte pentru rezultate.[12]

4. Acela care nu se bucură excesiv şi nici nu jeleşte, nu se lamentează şi nu doreşte; şi acela care renunţă la lucrurile favorabile sau neprielnice.[13]

5. Acela care este la fel pentru prieteni şi duşmani, este echilibrat în onoare şi dezonoare, căldură şi frig, fericire şi necaz, faimă şi infamie; acela care este liber de asocieri dăunătoare, tăcut şi mulţumit, fără preferinţe pentru un domiciliu anume; acela care este fixat în cunoaştere şi este implicat în îndeplinirea evlaviei.[14]

6. Acela care urmează calea eternă a evlaviei şi se angajează complet cu credinţă; acela a cărui scop suprem este realizarea Mea.[15]

Cineva nu va trăi nici o jumătate de secundă fără *bhajan* (repetarea numelor lui Dumnezeu) în timp ce aşteaptă momentele prielnice când va fi liber de plăceri şi durere, dorinţă şi înclinarea pentru câştigurile lumeşti, deoarece atenţia va fi pentru perfecţionarea ca un mijloc şi nu ca un scop în sine. Fiecare suflare va fi pe atât de devotată pomenirii lui Dumnezeu, pe cât este de devotat un om sărman pentru fiecare monedă pe care o are. Vor fi observate cu atenţie toate aspectele ale *sadachara* (comportamentul corect), precum *ahimsa* (neofensarea celorlalţi), adevărul, transparenţa (interioară şi exterioară), compasiunea şi credinţa în existenţa lui Dumnezeu. O persoană care l-a împlinit pe Dumnezeu nu poate fi corect judecat

după comportamentul exterior; totuşi, aceste calităţi sunt legate de actualitate în el sau ea.

Când slăveşti pe Dumnezeu cu iubire, El ţi se dezvăluie şi te binecuvântează cu percepţia Lui. Sfinţii, înţelepţii, *purana* şi Vedele, toţi susţin că nu este nici o diferenţă între *saguna* (manifestarea divină a atributelor lui Dumnezeu) şi *aguna* (absolutul). El care este absolutul, nedefinit, invizibil şi nenăscut, apare ca saguna (cu atribute), constrâns de dragostea credinciosului. „Acea formă a lui Dumnezeu nu este o creaţie a lui Maya. Este în întregime o formă divină şi supranaturală; inspirată de dragostea adeptului când se manifestă înaintea Lui, dezvăluindu-se pe Sine prin ridicarea credinciosului la nivelul divin".[16]

Devarsi Narada consideră că printre cele trei forme de adevăr practicate cu ajutorul trupului, cuvântului şi minţii, calea evlaviei este cea mai sigură. El a declarat acest lucru în mod repetat şi declaraţia lui este coroborată de către Tripadibhutinarayana, Upanişade, prin următoarele cuvinte: „Abandonaţi orice alte metode şi concentrează-te doar asupra Bhakti. Fii devotat lui Bhakti, fii devotat doar lui Bhakti. Prin Bhakti, toate formele de desăvârşire sunt uşor atinse. Nu este nimic ce nu poate fi atins prin Bhakti."[17] Alte discipline oferă realizarea lui Dumnezeu în alte forme. El este de asemenea realizat de către cei care-L iubesc prin calea evlaviei.

Sri Aurobindo adeseori vorbeşte în modurile care revelează adevărurile planului divin. Aici sunt doar câteva dintre multele sale descrieri:

> Când urcam pe crestele tot mai înalte ale bucuriei Lui, m-am întrebat dacă nu există nici o limită în creşterea fericirii şi aproape că îmi era frică de îmbrăţişarea lui Dumnezeu.
>
> Monogamia poate că este cea mai bună pentru trup, dar sufletul care-l iubeşte pe Dumnezeu locuieşte în om

dintotdeauna, ca un poligam infinit şi extaziat; cu toate acestea în tot timpul – acesta este secretul – acesta este îndrăgostit doar de o singură fiinţă.

Bucuria lui Dumnezeu este secretă şi minunată; este un mister şi o încântare pe care simţurile comune le ridiculizează; dar sufletul care l-a simţit o dată, nu poate renunţa niciodată la el, indiferent de cât de proastă reputaţie are, de câte suferinţe şi nefericire ne poate aduce.

Minţile sceptice se îndoiesc întotdeauna de ceea ce nu pot înţelege, dar credinţa într-un Dumnezeu iubitor rămâne pentru cunoscători, deşi nu o pot înţelege. Ambele sunt necesare pentru ignoranţa noastră, dar nu este nici un dubiu cine este mai puternică. În ceea ce nu pot înţelege acum, într-o zi voi fi maestru, dar dacă îmi pierd credinţa şi dragostea, cad complet de la scopul pe care Dumnezeu l-a stabilit dinainte pentru mine.[18]

De altfel, dr. Chaturbhuj Sahai, el însuşi un om împlinit, s-a dus personal în oraş când marele sfânt Mira Bai a trăit cu aproximativ patru sau cinci sute de ani în urmă. Despre Mira Bai se spune că a trăit în secolul cincisprezece, deşi acest lucru nu este sigur. Natura sau planul divin a împins-o într-o circumstanţă după alta, care au dus la dragostea ei pentru Dumnezeu. Şi-a pierdut mama în copilărie, a primit statuia lui Krishna la vârsta de zece ani, a întâlnit un sfânt care şi-a desăvârşit calea spirituală, s-a despărţit de soţul ei şi l-a întâlnit pe guru Raidasji, care a iniţiat-o. Fiecare eveniment a împins-o mai departe către Dumnezeu. Obstacolele au devenit oportunităţi şi mijloace de a le realiza. Aici sunt semnele dragostei pe care Sahai le-a găsit în povestea Sfântului:

Bhakti (evlavia), Jnana (cunoaştrea) şi Yoga sunt trepte care duc la Iubire.
Iubirea este adusă de toate aceste discipline şi de îndată ce soseşte ne inundă cu fericire.

> În momentul în care cineva se scufundă în oceanul Iubirii, Dumnezeu apare înaintea individului. Iubirea are o asemena putere de atracţie, că nu mai atrage alături doar fiinţe umane, ci Dumnezeu însuşi este atras de credincios. Totuşi, Iubirea face o persoană să pară ciudată, se poate pierde inclusiv conştiinţa. Persoana uită să mănânce, să bea, să doarmă şi să meargă. Agitaţia separaţiei de Iubit îl face să sufere într-o agitaţie interioară. Casă, familie, rude, toţi sunt lăsaţi deoparte. Bucurie sau durere, câştig sau pierdere, toate astfel de gânduri dispar. Astfel este gloria Iubirii. Când practicantul atinge cel mai înalt nivel al extazului, în acel moment Iubirea îi pătrunde fiinţa. Credinţa şi devotamentul sunt stadii inferioare comparativ cu nivelul Iubirii.[19]

De altfel, credincioşi precum Prahalad şi Dhruv, acum amintiţi cu respect de către toţi hinduşii, L-au iubit pe Dumnezeu din copilărie şi Dumnezeu s-a arătat de câteva ori înaintea lor. Ramakrishna Paramahansa obişnuia să discute cu Dumnezeu în fiecare zi. Binecunoscutul Swami Vivekananda a văzut-o şi a discutat cu Zeiţa Mamă în forma ei fizică. Copil fiind, Namdev, cu Iubirea lui intensă, l-a descoperit pe Dumnezeu materializat înaintea lui şi a mâncat împreună cu El. Sri Aurobindo a trăit experienţa prezenţei Zeiţei Mamă şi a lui Krishna şi Sri Aurobindo s-a referit la acestea foarte clar în scrierile sale.

Cât despre mine, am văzut-o pe Zeiţa Mamă care s-a materializat înaintea mea în timpul meditaţiei şi şi-a pus mâna pe capul meu pentru a-mi da binecuvântarea. Acest lucru s-a întâmplat de cel puţin trei ori într-o perioadă de şase luni. Copilul Brahman s-a materializat înaintea mea în amurg de două ori în luna ianuarie a anului 1988, în timp ce eram în Anglia. De alte câteva ori m-am trăit personal ca o „fiinţă fără

dimensiuni", pe o oarecare planetă spirituală. Am trăit „sărutul divin feminin" pe buzele mele în Delhi, în momente de singurătate; acestea mă ţineau extaziat şi fericit pentru întreaga zi. Aceste experienţe poate că nu sunt explicate într-un cadru religios. Dar atunci, cum pot eu să confirm descoperirile altora sau să spun cu certitudine că Dumnezeu, care este oceanul iubirii şi milosteniei, se materializează înaintea cuiva?

CAPITOLUL 18

METODELE VEDICE ALE SFÂNTULUI KRISHNA

Sfântul Krishna face rezumatul metodelor Vedice pentru discipolul său iubit Arjun, şi-i sugerează diferite alternative care pot fi utilizate pentru realizarea Sinelui. Metodele sugerate pot fi potrivite pentru filosofi şi occidentali. Formula practică 5 ne oferă aceste metode, în ordinea eficienţelor lor, cu cuvintele sfântului Krishna, conform cu Bhagavad Gita:[1]

FORMULA PRACTICĂ 5: REZUMATUL METODELOR VEDICE ALE SFÂNTULUI KRISHNA

1. Doar concentrează-te asupra mea, personalitatea supremă a divinităţii, şi foloseşte-ţi toată inteligenţa pentru mine. Astfel, vei trăi întotdeauna în mine, fără îndoială.

2. Dacă nu te poţi concentra asupra mea fără abatere, atunci urmează principiile normative ale bhakti yoga. În acest mod, dezvoltă-ţi dorinţa de a ajunge la mine.

3. Dacă nu poţi practica principiile normative ale bhakti yoga, atunci munceşte pentru mine, deoarece muncind pentru mine îţi vei finaliza evoluţia.

4. Dacă totuşi nu poţi munci în această conştiinţă a mea, atunci renunţă la rezultatele muncii tale şi fii mulţumit de tine însuţi.

5. Dacă nu poţi indeplini această practică, atunci angajează-te în cultivarea cunoaşterii. Mai utilă decât cunoaşterea este totuşi meditaţia şi mai utilă decât meditaţia este renunţarea la fructul acţiunii, printr-o astfel de renunţare pacea minţii este atinsă.

Dacă cineva nu se poate concentra direct asupra lui Krishna, Iisus Hristos, Buddha sau oricare reprezentare aleasă a lui Dumnezeu, atunci sunt recomandate principiile din bhakti yoga sau se poate începe cu renunţarea la fructul acţiunii. Cunoaşterea te aduce treptat la meditaţie, iar meditaţia ajută progresiv să trăieşti conştiinţa divină. Astfel, sunt două procese: unul indirect, precum l-am descris aici (prin karma yoga, jnana yoga, ashtanga yoga, şi în final bhakti yoga, în această ordine) şi unul direct, calea evlaviei, doar prin bhakti yoga.

Metodele vedice sunt în realitate interdependente una de cealaltă. Karma yoga dezvoltă echilibrul sufletesc, jnana yoga aduce cunoaşterea existenţei fiinţei supreme, şi bhakti yoga uneşte practicantul cu fiinţa supremă. Ele pot fi concret practicate în această ordine. Stadiul final este bhakti (evlavia), care duce la iubire şi la manifestarea lui Dumnezeu. Mulţi învăţaţi au explicat aceste metode. Interpretările lor pot fi rezumate după cum urmează:[2]

1. Credinţa şi devotamentul sunt stadii inferioare comparativ cu stadiul iubirii.

2. Bhakti (evlavia), jnana (cunoaşterea), şi yoga sunt trepte care duc la iubire.

3. O cale mai rapidă şi răsplătită către bhakti (evlavie) este prin acţiunea fără Eu (karma) şi cunoaştere (jnana), decât plonjarea direct în evlavie.

4. Jnana este cunoaşterea aridă; ai nevoie de ceva mai mult decât de detaşare – aceasta este *rasa* (bucuria) care învăluie bhakti (evlavia) – şi Dumnezeu este bucuria personificată.

5. Secretul iubitului poate fi cunoscut prin dragoste intimă, exclusivă, constantă şi necondiţionată.

6. Când practicantul plin de iubire începe să fie absorbit în conştiinţa lui Dumnezeu, el atinge *samadhi*, sau uniunea cu Dumnezeu.

7. Bhakti, sau evlavia, este dezvoltarea iubirii exclusive pentru Dumnezeu, dulce perecum nectarul în caracter; realizarea Lui ne dă desăvârşirea, înţelegerea imortalităţii, şi satisfacţia deplină.

8. Renunţarea constă abandonarea tuturor formelor de acţiune, lumeşti şi religioase; poate fi de asemenea numit un sentiment exclusiv pentru Dumnezeu şi indiferenţă la iluzii (care te duc departe de Dumnezeu). În exclusivitate se renunţă la ataşamentul pentru orice, cu excepţia lui Dumnezeu.

9. Există un nivel firesc, la care toate activităţile, religioase şi cotidiene îşi pierd din importanţă. Până când acel nivel este atins, ambele forme de îndatoriri vor fi menţinute în mod natural.

10. Dragostea divină nu poate fi descrisă în cuvinte. Acela care are experienţa nu simte nevoia să vorbească despre ea, şi acela care vorbeşte despre această experienţă nu a cunoscut-o.

11. După ce ai oferit toate activităţile lui Dumnezeu, dacă practicantul este încă bântuit de pasiune, furie şi aroganţă, acestea pot de asemenea oferite lui Dumnezeu. Făcând pe

Dumnezeu obiectul pasiunii, furiei şi aroganţei unui individ, acestea pot fi anulate.

12. Devotamenul suprem pentru Dumnezeu poate fi o modalitate mai uşoară către desăvârşire decât cele cinci tipuri de *mukti*, sau eliberări: *salokya* (locuirea în casa Domnului), *samipya* (trăirea în imediata apropiere a lui Dumnezeu), *sarsti* (capacitatea de a avea aceleaşi puteri ca Dumnezeu), *saripya* (faptul că ai o formă similară cu cea a lui Dumnezeu), şi *sayujya* (identitatea absolută cu Dumnezeu).

13. O persoană care l-a realizat pe Dumnezeu nu poate fi judecată prin comportamentul său exterior; nu este mai puţin adevărat că sunt anumite calităţi care obligatoriu trebuie să fie prezente, precum cele menţionate în capitolul 17.

14. Când rugăciunile sunt făcute din iubire, Dumnezeu se dezvăluie şi practicantul este binecuvântat cu viziunea Lui. Sfinţii, înţelepţii, *purana*, şi Vedele, toţi declară că nu este nici o diferenţă între *saguna* (manifestarea divină a lui Dumnezeu cu însuşirile sale) şi *aguna* (absolutul).

FORMULA PRACTICĂ 6:
SINCRONIZAREA METODELOR VEDICE

1. Dezvoltă echilibrul sufletesc prin karma yoga (calea acţiunii prin abandonul Eului)

2. Obţine cunoaşterea existenţei fiinţei supreme prin jnana yoga (calea cunoaşterii)

3. Aprofundează nivelul iubirii prin bhakti yoga (calea evlaviei)

4. Când te ajunge iubirea atotcuprinzătoare, fii pregătit să intri în starea de samadhi şi să fii martorul prezenţei lui Dumnezeu.

CAPITOLUL 19

METODA VISELOR

Când evaluez metoda viselor în relaţie cu alte metode, o găsesc că este foarte importantă. Valabilitatea ei se întinde din vremea Vedelor, până în zilele noastre dominate de ştiinţe, şi la ea au făcut trimiteri într-o formă sau alta aproape toţi practicanţii. De exemplu, lucrarea lui Eckankar, denumită „Religia Luminii şi Sunetului", se bazează pe vise şi experienţe de extracorporalizare.[1] Liderul actual, Sri Herald Klemp, induce la discipolii săi vise, în care îi poartă în diferite dimensiuni ale realităţii superioare. O serie de lecturi numite *Dream Discourses I* şi *Dream Discourses II* oferă studenţilor lunar cursuri şi exerciţii. Klemp de asemenea a scris câteva cărţi în care descrie experienţele călătoriilor în trecutul îndepărtat, precum cele făcute în civilizaţiile maya şi a atlanţilor.

În analiza sa asupra fiinţelor, Martinus a găsit trei realităţi de netăgăduit: aceea care cunoaşte viaţa, capacitatea creativă a Eului (ceea ce este, „Eul"), şi principiul celui „creat" – experienţa sa sau conştiinţa zilnică. Aceste trei principii sunt corelate; dacă unul din ele nu există, nu există nici celelalte două. „Principiul trinitar" al lui Martinus este similar cu triada

vedică a celui care vede, văzutul şi a celui văzut, cum a fost descrisă de Sri Aurobindo.

> Cum nici unul din aceste principii nu poate fi identic cu rezultatul Creaţiei, veşnicia fiinţelor devine astfel un fapt evident... Deoarece aceste trei principii constituie exact cele trei condiţii care trebuie îndeplinite de un lucru pentru ca acesta să poată apărea ca „existând", fiecare fiinţă astfel devine identică cu „un lucru veşnic exitent ". Acest lucru înseamnă că fiinţele constituie o realitate care gândesc, trăiesc şi se manifestă într-o existenţă veşnică şi continuă sau experienţă a vieţii.[2]

Oamenii pământeni totuşi nu au conştiinţa desăvârşirii acestei existenţe eterne. La oameni, abilitatea de a-şi aminti este într-o stare aproape complet latentă în acest ciclu cosmic. Deoarece suntem incapabili să ne amintim fiecare eveniment din această viaţă fizică, este normal să nu ne amintim evenimente petrecute în alte vieţi. Aceasta este doar o dovadă a memoriei reprimate şi acest lucru nu înseamnă că vieţile trecute nu există. Există centri în creier care sunt conectaţi prin nervi la organele fizice ale simţurilor pentru gust, pipăit, vedere, auz şi miros. Experienţe fizice au loc tot timpul, dar dacă un nerv este tăiat, creierul nu mai primeşte nici un semnal. Nu mai există recepţie, nu mai există memorie.

Cu nervii intacţi, mecanismul percepţiei se realizează ca de obicei. Similar, există legături între „Eu" şi amintirile vieţilor trecute. Aceste amintiri sunt înregistrări ale vieţilor trecute. Este posibil să aducem în conştiinţă aceste amintiri. Realizarea veşniciei poate fi exprimată printr-o impresie, instinct sau intuiţie. Aceasta este o „experienţă spirituală" clasică. În această stare, conştiinţa obişnuită legată de trupul fizic este trezită de unul din corpurile energetice. Când un astfel de

transfer are loc, percepţia senzorială a individului este ignorată sau indisponibilă pentru conştiinţa planului fizic. Martinus credea că acest transfer era identic cu tranziţia care are loc la moartea trupului fizic.

Tipul de transfer descris mai sus poate de asemenea să aibă loc în alte forme, precum anestezie, hipnoză, transă sau somn. Conştiinţa cotidiană este transferată de la corpul fizic la „corpul sentimentului". Când o persoană este încă în viaţă, conştiinţa cotidiană revine în trupul fizic. „Trupul memoriei" de obicei nu transferă experienţele de la sentiment la conştiinţa zilnică; experienţele spirituale percepute acolo rămân înregistrate în primul rând în starea inconştientă.

Câteodată, transferul conştiinţei de la conştiinţa cotidiană la starea spirituală nu este complet, şi în consecinţă ne găsim într-o zonă intermediară între lumea fizică şi cea spirituală. Exemple de astfel de stări intermediare sunt situaţiile care implică febră mare, boală, sau droguri. În astfel de circumstanţe, memoria spirituală se uneşte cu memoria fizică şi intră în conştiinţa cotidiană, când persoana este fizic trează. O astfel de contopire a memoriei spirituale cu cea fizică este numită un vis. Pentru persoana obişnuită, aceste vise pot fi dificil de înţeles. Cu toate acestea, pentru o persoană care are o cultură spirituală, ele sunt fapte conştiente demne de încredere.

După Martinus:

> Pentru fiinţa cosmică evoluată, care în mod conştient sau prin mijloacele voinţei sale, poate duce la bun sfârşit aceste transformări ale conştiinţei zilnice, de la manifestările unui corp la altul, şi a cărei memorie apare oarecum într-o constelaţie mai pronunţată corpului gravitaţiei şi corpului sentimentelor decât fiinţei umane terestre, aceste experienţe spirituale nu sunt „vise", ci experienţe în stare de conştienţă, deci fapte conştiente.[3]

Experienţele lui „Eu" cu viaţa sunt determinate de un organ general pentru fiecare energie fundamentală care corespunde unui plan de existenţă (vezi tabelul 1). Cele şase organe generale sau „Eu" (care corespund celor şase plane) vor fi identice, cu un corp pentru fiecare plan al existenţei. În planul fizic, corpul fizic este cel mai dezvoltat, în timp ce alte corpuri sunt mai puţin evidente; în consecinţă, „Eu" este mai conştient de vibraţiile fizice şi mai puţin conştient de cele spirituale. Lumea fizică este mai reală pentru el. Mai târziu în evoluţie, când persoana accede la un plan superior, în care vibrează energie spirituală, situaţia se inversează. Persoana devine mai conştientă de planul spiritual al existenţei şi percepţia fizică are o importanţă secundă. Acest transfer al conştiinţei poate fi vizualizat în vise; experienţele spirituale se stabilizează şi persoana poate să-şi găsească originile în lumile spirituale.

Filosofii hinduşi au dat întotdeauna importanţă viselor, ca mijloace de a atinge scopuri spirituale. Conform cu Swami Sivananda Radha, un psihiatru german care a adoptat un nume hindus în timpul iniţierii sale din India, noi suntem capabili să ne contactăm Sinele, sau pe *guru*, în vise.[4] Disciplina vine odată cu înţelegerea viselor, aducându-ne independenţa faţă de evaluările altora, obişnuitul autocriticism, şi conştiinţa unor noi dimensiuni. Swami Radha recomandă ţinerea unui jurnal pentru a nota visele imediat după trezire, şi ne sfătuieşte să avem pregătite un stilou, hârtie şi o sursă de lumină. Chiar înainte de a adormi, repetă de cel puţin două ori: „Îmi voi aminti visul pe care l-am avut." Scrie cât de mult poţi să-ţi aminteşti din vis, împreună cu orice evenimente care au avut loc înaintea visului, sau orice preocupare mentală pe care ai avut-o. Fii atent la schimbarea percepţiei timpului şi spaţiului care are loc în timpul visului. Alcătuieşte-ţi propriu dicţionar de simboluri pe care le vezi în visele tale, mai degrabă decât să consulţi o carte care are interpretări particulare ale simbolurilor.

Este util să cunoşti modul în care mintea ta se exprimă constant în simboluri care îţi sunt specifice. Visele apar pe nivele diferite şi treptat vei începe să le înţelegi mai clar şi direct.

În lucrarea *Recovering Spirituality from Drems*, Henry Reed vorbeşte despre articolul său „Getting Help From Dreams":

> Era vorba despre iniţierea mea despre puterile superioare ale viselor prin alcoolism. Un moment de răscruce a fost întâlnirea într-un vis cu un om în vârstă care a arătat către o sticlă de vin şi a spus că aceasta era ispita sufletului... Fondatorii Alcoolicilor Anonimi îi dau crezare lui Carl Jung pentru darul formulei secrete, spiritus împotriva spiritum, Spiritul împotriva Spiritelor.[5]

După Reed, fiecare adversitate are în ea un învăţător spiritual care este pregătit să înveţe pe cel în suferinţă. El sfătuieşte pe fiecare să-şi găsească o pasiune oarecare (şi aşa vom face) din care puteţi să obţineţi un dar spiritual.

În cartea *Your Dream of Recovery: Dream Interpretation and the 12 steps*, care are multe în comun cu materialul prezentat în *Edgar Cayce and the 12 Stepping Stones to Spirituality*, Shelly Marshall spune că „scopul care pândeşte din spatele evenimentelor sau care planează asupra lor poate fi adesea dezvăluit în vise".[6] Ea a prezentat câteva exemple, inclusiv povestea ei personală, care începe cu următoarea rugăciune: „Doamne, dă-mi puterea să accept toate îndrumările revelate prin visele mele, curajul de a schimba lucrurile de care mi se cer, şi înţelepciunea de a le interpreta conform cu voinţa Ta pentru mine". După Marshall, religia este doar un pod către spiritualitate. Venerarea podului nu va ajuta; trebuie să-l trecem şi să trăim în spirit. Ea face o conexiune specială între a visa şi a bea. Ea subliniază că interpretarea noastra a viselor este autoeroică; noi dorim să cucerim visele cu interpretările noastre. Visul este îndepărtat şi interpretarea sa este păstrată.

Respectarea unui vis pe baza semnificaţiei sale şi concentrarea asupra acesteia va duce întotdeauna persoana să-l găsească pe Dumnezeu. Ea sugerează metode de a găsi ceva folositor într-un vis. Prezenţa jocurilor de cuvinte a fost menţionată în multe cărţi de vise. După Marshall, conştiinţa jocurilor de cuvinte în vise poate dezvălui multe secrete: „Alaska" nu este acelaşi lucru cu „Eu o voi întreba"; „sobru" nu este acelaşi lucru cu „sumbru"; „a învins" nu este acelaşi lucru cu „unul".

În cartea *Your Dreams: Gods Neglected Gift*, Herman Riffel prezintă câteva informaţii utile. În secundele dintre bătăile ceasului şi alarma lui, poate fi descâlcită o poveste care ne-ar lua mult timp să o spunem, şi mai mult timp să o scriem. Prin comparaţie, observă el, o oră de vis poate conţine volume de material.[7] El a găsit multe referiri cu privire la vise (cele din timpul somnului) şi viziuni (în stare trează) care erau în Vechiul şi Noul Testament. Abraham, Iacob, Iosif, Gideon, şi Solomon erau cu toţii îndrumaţi sau încurajaţi de vise. Iosif şi Daniel şi-au salvat naţiunile prin interpretarea viselor lor. Profeţii au primit mesaje prin intermediul viselor şi viziunilor. Dumnezeu a spus lui Moise: Ascultă acum cuvintele mele: dacă există un profet printre voi, Eu, Dumnezeu, mă voi face lui cunoscut în viziune. Voi vorbi cu el într-un vis. (Numerii 12:6). Evenimente majore din Biblie sunt decise pe baza viselor şi viziunilor. Riffel a descoperit că, de fapt, aproape o treime din Biblie are legătură cu visele şi viziunile.[8] După părerea lui, Dumnezeu încă ne vorbeşte în vise şi viziuni, dar Occidentul a adoptat faţă de ele o atitudine negativă şi de neîncredere, deşi Orientul a acceptat visele şi viziunile ca o sursă de înţelepciune cu multe secole în urmă.

După Platon, există trei surse valabile ale cunoaşterii: cele cinci simţuri animale (văzul, auzul, mirosul, pipăitul, şi gustul), raţiunea (care este deasupra animalului) şi tărâmul spiritual (pe care el l-a numit „delirul divin"). Totuşi, succesorul lui Platon,

Aristotel, şi discipolii lui au exclus valabilitatea planului spiritual, şi „această filosofie umanistă a fost transmisă de-a lungul lumii occidentale".[9] În călătoriile sale din Est, Riffel a găsit temple închinate zeilor la fiecare colţ de stradă şi în fiecare clădire importantă – zei apropiaţi de religia lor, indicând unitatea lumilor spirituală şi fizică. Pentru occidentali, acest lucru pare de departe un mijloc de a obţine venituri şi chiar ridicol. Descoperirile lui Riffel a zguduit fundamentele sigure ale protestantismului evanghelic.

Interpretările lui Riffel despre vise sunt interesante din acest motiv. Într-o zi el a visat: „Singur în maşina mea mergeam după un autobuz de-a lungul unui drum prăfuit, iar autobuzul arunca atât de mult praf în aer, că abia puteam să văd pe unde conduceam". El a aflat că autobuzul din vis reprezintă mulţimea şi că praful indică confuzia. Soţia lui, Lillie a spus: „Dumnezeu se pare că vrea să-ţi spună să-L urmezi pe el în locul mulţimii". Riffel a notat că, pe măsură ce se deschidea pe sine către această nouă prospeţime, viaţa lui spirituală interioară s-a accelerat şi Dumnezeu a continuat să-l preseze mai mult. Momentul de răscruce a venit, şi el a trebuit să se decidă dacă voia să continue în ministerul cultelor, sau să se orienteze spre activităţi religioase independente. Era încă incapabil să se decidă.

Atunci un artist local cu un grup de oameni care căutau îndrumarea Duhului Sfânt au avut această viziune: „Am văzut o curea frumoasă care are multe degete care ieşeau în afară din ea şi proiecţiile liniilor subţiri de pe degete." O femeie din grup a crezut că această viziune le privesc pe Lillie şi Riffel. Ele nu vor fi limitate, chiar şi de o curea care era frumoasă. Ele trebuiau să fie libere. Mai târziu, artistul a spus că cureaua era o reprezentare protestantă, degetele erau bisericile, şi proiecţiile liniilor subţiri ale degetelor erau oamenii. Cu cuvintele lui Riffel: „Dumnezeu ne va lăsa o binecuvântare pentru mulţi oameni reprezentaţi în curea, dar nu trebuia să ne

lăsăm doar în baza asta. Urma să ajungem la o atitudine de umilinţă."[10] Astfel Riffel a obţinut dovada existenţei lui Dumnezeu care foloseşte visele şi viziunile pentru a vorbi oamenilor. În cele din urmă, a fost concediat din poziţia de preot al bisericii. Deşi faptul că a fost concediat din slujba sa a fost o experienţă dureroasă, ambii erau acum liberi şi liniştiţi şi priveau înainte la noua viaţă pe care Dumnezeu le-o promiseseră.

Dumnezeu a continuat să-l îndrume pe Riffel şi I-a vorbit prin vise. Într-o noapte, el a avut următorul vis: Împingea un cărucior de copii, cu un copil în el. Când a ajuns la capătul străzii nu s-a oprit, ci a împins căruciorul în continuare spre o casă cu două etaje. Casa era asemănătoare cu cea în care trăia la momentul visului. Deodată el a ridicat căruciorul deasupra capului său şi copilul a căzut, dar l-a prins. Prietenul său Francis Whiting i-a explicat că capătul străzii reprezintă sfârşitul serviciului său în cadrul Bisericii. Dar el nu se va opri; mai degrabă urma să ducă copilul (o nouă idee sau concept) până sus în casa tradiţională în care sufletul său locuia atunci. Chiar dacă copilul ar fi căzut, el nu-l va pierde (noua idee). Acesta a fost pentru el un vis plin de semnificaţii. Credea că procesul morţii şi reînvierii de care vorbea Iisus Hristos i-a fost de asemenea arătat în acest vis, după ce se deschisese spiritului.

Riffel a descoperit că dorinţa lui de a cunoaşte mai multe despre vise s-a diminuat. Atunci într-o noapte, el a visat că era pe o plută la o distanţă oarecare de ţărmul unde oamenii înotau. Apa era adâncă. O fată tânără care era în grija lui a căzut de pe plută şi s-a scufundat în apă. El s-a scufundat după ea, a prins-o, şi a scos-o afară din apă. Visul însemna că copilul (ideea nouă) acum crescuse într-o tânără fată, şi că el o neglija (adevărul). El a devenit mai prevăzător şi i-a acordat atenţie. Şi-a amintit de Institutul Jung din Elveţia, a primit în mod miraculos o bursă, iar el şi Lillie au făcut şcoala pentru a învăţa despre psihologia viselor. El a fost în continuare ghidat printr-un vis,

în care el intra într-un castel traversând şanţul de apărare dimprejur. Şanţul de apărare înseamnă conţinuturile materne. Aşa că el a rupt legăturile puternice, şi poate de dependenţă cu mama sa, eliberându-se pentru a deveni mai masculin şi agresiv. Mai devreme, când l-a întrebat pe Dumnezeu pentru o soţie, un gând i-a venit în minte, să se uite la catalogul anual al şcolii. Aşa a făcut, şi s-a oprit la imaginea lui Lillie. El i-a cerut mâna şi în curând s-au căsătorit.

Chiar şi visele scurte pot fi pline de înţelesuri. Un om din Elveţia a venit şi i-a spus lui Riffel despre două scurte imagini pe care le-a văzut în vise. În primul vis, el şi-a văzut piciorul stâng puternic umflat; venele erau deja nişte linii negre. Într-o secundă, un paianjen veninos a ajuns pe servieta sa. Întrebat dacă are o problemă cu mersul, cu comportamentul, sau cu modul său de viaţă, el a admis că viaţa sa este în dezordine, dar s-a gândit că acest lucru va rămâne secret. Când a fost întrebat pentru ce folosea servieta, el a spus „Profesia mea". Riffel i-a spus că comportamenul său rău poate să-i afecteze munca. Omul obişnuia să creadă că comportamenul său nu era atât de rău, dar după şocul interpretării visului, s-a răzgândit.

Riffel a crezut că dacă este corect gestionată, interpretarea viselor poate aduce echilibru şi totalitate oamenilor.[11] El a prezentat exemplul regelui David din Vechiul Testament, a cărui calităţi masculine şi feminine au fost echilibrate corespunzător. David era puternic fizic şi şi-a înfrânt fiul în bătălie, pe Absalom, când fiul a vrut să-şi alunge tatăl de pe tron. David, plângând amarnic după ce şi-a ucis fiul său iubit, era cât pe ce să piardă bătălia, dar a fost ajutat de sfatul înţeleptului său general Joab, de a-şi îndeplini responsabilităţile de rege. Studiul evangheliilor poate arăta că Domnul Iisus Hristos a avut un echilibru între tăria autoritară şi blândeţea cu care ajuta oamenii.

Riffel a oferit multe alte exemple de vise personale care l-au îndrumat, împreună cu exemple ale altora care au venit la

el să-i povăţuiască. Lucrările lui arată importanţa viselor şi diferitele moduri de interpretare care pot arăta înţelepciunea lui Dumnezeu, şi oferi îndrumare şi ajutor. După părerea lui, există trei motive pentru care noi nu ne amintim visele: am fost învăţaţi de la bun început că visele sunt neimportante sau irelevante, trăim o pierdere a lor pe măsură ce intrăm în realităţile lumii materiale la trezire, şi spiritual, dacă dorim să-L ţinem pe Dumnezeu departe de gândurile noastre, această îndrumare este nefolosită. Cu toate acestea, visele pot continua sub forma coşmarurilor. Dumnezeu, sau Sinele, poate ne spun ceva, dacă îndrăznim să ascultăm. Mesajul are de obicei un dublu înţeles: poate să ne spună despre situaţia prezentă a celui care visează, sau ne poate spune ce s-ar întâmpla dacă visătorul continuă în direcţia prezentă a realităţii. Răspunsul primit de la vise este proporţional cu atitudinea arătată faţă de ele.

Carl Jung, poate cel mai mare reprezentant al analizei viselor, a spus că visele reprezintă starea interioară a individului şi, dacă este analizat corespunzător, ele oferă o reală oportunitate de creştere. El a scris în *Omul şi simbolurile sale*, teoria lui minunată despre anima şi animus, şi despre cele patru stagii ale dezvoltării interioare.[12] Visele nu pot fi interpretate în sens strict literar, dar ele pot fi analizate pentru a înţelege contextul circumstanţelor exterioare.

Simboluri şi semnificaţiile lor

Un dicţionar de simboluri şi a semnificaţiilor acestora nu poate fi scris pentru fiecare. Trebuie realizat propriul dicţionar, după ce se scriu sistematic simbolurile şi sunt revăzute la intervale regulate. Astfel, îndrumarea generală a simbolurilor şi semnificaţiile lor pot fi întotdeauna găsite. În continuare aveţi câteva interpretări uzuale.

Păsări: Gânduri, idei, şi spiritualitate. Deoarece păsările zboară în cer, apariţia lor în vise arată starea mentală excitată a celui care visează. Persoana este calmă, castă, şi liniştită, mai ales dacă visează un guguştiuc sau un porumbel. Persoana poate fi implicată în activităţi filosofice sau spirituale, sau în acţiuni creatoare îndrăzneţe.

Animale: Reprezintă o paralelă mentală/emoţională cu starea visătorului, conform cu caracteristicile animalului. De exemplu, un şoarece cunoscut pentru că intră în bucătărie ca un hoţ poate reprezenta accesul gândurilor visătorului la nivelele inferioare ale vieţii. O pisică reprezintă distrugerea ideilor; un câine poate însemna credinţa şi încrederea în viaţă, o vulpe poate însemna şiretenia din gândurile celui care visează, un taur poate reprezenta aspectul dur al vieţii unei persoane sau prezenţa unei munci dificile la un moment dat, conforme cu condiţia fizică, mentală, sau emoţională din timpul visului a visătorului. Am visat odată că fugeam pe o stradă urmărit de un câine, care în cele din urmă m-a prins şi m-a muşcat de un picior. Acelea erau zilele când am avut câteva discuţii neplăcute cu rudele mele pe probleme de proprietate, şi uneori se ajungea la situaţii jenante. Visul era un avertisment al acestor situaţii. Riffel a visat odată că înţepa un peşte, dar nu avea dreptul să facă acest lucru. În viaţa reală, activităţile de cult se dezvoltau în particular, cu anumite grupuri care nu erau oficial susţinute de biserică. Visul sugera că trebuia să fie prudent şi să nu accepte oferte de la biserici care nu aveau autorizaţie oficială. Astfel, nu sunt reguli fixe; urmează-ţi intuiţia.

Şerpi: Energie sexuală, conform cu interpretarea unei metodologii, înţelepciune pentru alta. Aş spune că ambele pot fi corecte. În tradiţia yoghină, apariţia repetată a şerpilor simbolizează energia spirituală Kundalini care corespunde iniţial sexului, şi după aceea înţelepciunii.

Case: Casa lăuntrică a memoriilor bune sau rele, conformă cu dispoziţia sufletească din vis. Câteodată, cineva este purtat către casa din copilărie. Adeseori, vedem o casă nouă, cu multe camere, care sugerează dezvoltarea unor noi nivele de învăţare sau ale conştiinţei, care duc la gradual la iluminare. Casele vechi sau distruse pot sugera o situaţie pesimistă în viaţă. O casă bine întreţinută poate sugera o situaţie fericită în viaţă.

Automobile: Un indicator al controlului sau o lipsă a acestuia. O maşină nouă sugerează libertatea în viaţa cuiva. Dacă cineva îşi conduce propria maşină, acest lucru poate însemna că respectiva persoană este stăpână pe situaţie. Dacă altcineva o conduce, poate indica controlul situaţiei de către o altă persoană, şi o sugestie de a dobândi libertate pentru progresul real şi fericire.

Copil: O nouă idee sau gând

Oameni: Nu există o interpretare strict literară, ci mai degrabă reprezintă părţi/aspecte ale personalităţii noastre. Când vedem o persoană cunoscută care este agresivă din fire, acest vis poate sugera că visătorul se poartă agresiv în general, sau poate faţă de o anumită persoană sau situaţie în viaţă. Visarea unor oameni paşnici sau a unui sfânt poate sugera că visătorul în interior devine o persoană liniştită sau sfântă. Un poliţist, un conducător, sau o persoană cu atribuţiuni de conducere sugerează că visătorul are un aspect autoritar în personalitatea lui, care are grijă în viaţa reală de situaţii sau afaceri. Vederea unui sfânt care stă într-o poziţie de meditaţie sau un yoghin poate indica că acea persoană a trecut de limitele barierelor spirituale. Eu personal am câteva exemple în acest sens.

Bătăi/Omoruri: Persoana nu este fericită cu cineva sau într-o anumită situaţie în viaţă şi doreşte să re răzbune.

Iubind: O atitudine iubitoare pentru alţii.

Sex: Este un simbol în general greşit înţeles. Nu înseamnă că visătorul are o relaţie sexuală cu cineva. Probabil înseamnă

că visătorul este în relaţie cu un aspect interior al Sinelui, sau cu un aspect creativ al personalităţii, care aduce un echilibru între principiile masculine şi feminine sau între intelect şi sentiment. Când este înţeles corect, un sentiment de bucurie şi împlinire te învăluie, mai degrabă decât vinovăţie.

Bani: Un simbol cu două înţelesuri. Primirea în vis a unor bani, a unei poşete sau averi indică energie sau putere în viaţa reală. Pierderea lor pe de altă parte, este un indiciu al unei situaţii problematice în viaţa reală.

Haine: Sugerează cum cineva doreşte să apară înaintea altora. Tipul de haine purtate în vise este un indiciu al purtării unor astfel de haine în viaţa reală.

Goliciunea: Indică expunerea la alţii şi posibilă situaţie problematică. Poate de asemenea simboliza faptul că nu te ascunzi de Dumnezeu, de tine însuţi, sau de alţii.

Triunghi, pătrat, cerc sau sferă: Un indiciu al totalităţii interioare al visătorului.

Apă: Un simbol important, care apare în diferite forme, precum piscină, râu sau ocean. Apă limpede indică o conştiinţă clară în viaţa reală, care duce pe perfecţiunea filosofică sau spirituală. Apă murdară sau neclară poate sugera o situaţie confuză sau neclară în viaţă; persoana poate că caută o modalitate de a trece de această situaţie confuză. Trecerea unui râu este un semn al întoarcerii imposibile – o trecere de la dimensiunea fizică la cea spirituală. O astfel de persoană poate că tocmai a absolvit şcoala pe pământ.

Simbolurile Anima şi Animus în vise

Figura feminină care apare în visele bărbaţilor este numită anima, în timp ce figura masculină care apare în visele femeilor este numită animus.[13] Scopul anima sau animus este de a

îndruma individul către totalitate şi echilibru. Există patru nivele ale rolului pe care aceste simboluri îl joacă în vise.[14]

Pentru *anima* aceste nivele sunt:

1. Femeia primitivă, inocenţa, de exemplu Eva.

2. Frumuseţea romantică, precum Cleopatra sau Elena din Troia, care simbolizează sex.

3. Fecioara Maria, care-L hrăneşte cu lapte pe copilul Iisus Hristos la sânul ei şi simbolizează dragstea.

4. Atena, zeiţa greacă a înţelepciunii; Mona Lisa, şi zâmbetul misterios; Sapienţa sau Shulamite în cântecul lui Solomon; Devi Durga sau Shakti. Toate subliniază experienţa spirituală.

Cele patru nivele ale *animus* sunt:

1. Bărbatul sfânt, Tarzan al junglei, care simbolizează primitivismul şi inocenţa.

2. Bărbatul romantic, de exemplu, poetul britanic, din secolul al nouăsprezecelea Shelley; sau bărbatul de acţiune, de exemplu Ernest Heminguay, eroul de război, vânătorul, care simbolizează sexul.

3. Reazămul cuvântului, de exemplu Lloyd George, marele orator politic, care simbolizează dragostea.

4. Ghidul înţelept către adevărul spiritual, de exemplu, Mahatma Gandhi, Iisus Hristos sau Buddha, care simbolizează maturitatea spirituală.

Cel de-al patrulea stagiu al fiecărui simbol este rar dobândit de oameni în timpurile moderne, dar este posibil pentru căutătorii serioşi ai adevărului.

Experienţele mele personale cu visele

Deşi îmi amintesc visele din întreaga viaţă, sunt câteva din anii recenţi care mi-au oferit sprijin în schimbările spirituale ale vieţii. Undeva prin jurul anului 1980, am visat că zburam

prin cer până când am atins vârful unui deal care era împrejmuit cu lacuri frumoase, pajişti şi grădini. Ajungând la vârful dealului, am găsit un templu frumos, de un alb pur şi strălucitor cu luminozitate egală din toate părţile. M-a umplut instant un sentiment de fericire şi beatitudine, şi o dorinţă de a face mai multe vizite la astfel de locuri. Dragostea mea pentru Dumnezeu a crescut şi m-a dus la practica regulată a yogăi şi a meditaţiilor. Aceasta a însemnat retragerea interesului meu pentru treburile lumeşti. Acum înţeleg că aceasta a fost o vizită la un templu dintr-un plan astral.

De atunci m-am bucurat de vise similare, zborul deasupra unor locuri similare cu acelea de pe pământ – lacuri, munţi, râuri, grădini, fructe şi flori atît de plăcute, că nu-mi pot descrie fericirea. Am zburat deasupra oraşelor, m-am oprit şi am coborât pe sol, şi, când am dorit, am zburat din nou.

Visul pe care l-am descris în capitolul 2 despre fortăreaţa transparentă, mi-a dat o primă experienţă a dimensiunilor spirituale superioare sub îndrumarea unui ajutor invizibil, sau guru, care se poate să fi fost Eckankar Master, Sri Herald Klemp, sau Pitagora, sau poate altcineva. A doua zi, eram plin de fericire şi credinţa mea în yoga şi meditaţie a crescut. Asta a fost în 1987. Vizitele acestor dimensiuni au însemnat pe de o parte o sursă de fericire şi binecuvântare şi pe de altă parte detaşarea din lume.

Îmi amintesc câteva vise în care şerpi erau peste tot în jurul meu sub diferite forme, dar nu-mi era frică. Pentru o vreme, acestea erau evenimente aproape zilnice. În ultimele zile, am văzut şerpi cu semnele distinctive la vedere, în diferite situaţii. Câteodată, un şarpe se uita la mine într-un mod prietenesc; altă dată se târau pe trupul meu; şi în alte situaţii zburau cu mine în cer. Acestea sunt vise care indică trezirea energiei Kundalini.

În 1995, pe când eram în San Francisco, am visat o întrunire mare, unde am văzut un om cu un fizic deosebit şi faţă

strălucitoare, cu ochii care se uitau la mine într-un mod foarte afectuos. Se mişca şi am citit numele „Bapu" scris pe pieptul său. A doua zi, mama mea mi-a spus că aceasta era porecla unui sfânt din India zilelor noastre, Asaramji. Acum înţeleg că Sinele meu transcendent a venit să mă iniţieze şi binecuvânteze sub forma unui guru.

În capitolul 2, am menţionat că am vorbit cu tatăl meu decedat cu ajutorul unui medium în 1995. Mai târziu, am visat că călătoream cu tatăl meu în timp ce amândoi eram în corpurile noastre de lumină, probabil într-un plan astral.Visul a durat aproape o oră în timpul pământean şi am discutat idei care ne procupau. El a spus multe lucruri pentru a le comunica mamei mele şi altor rude din Delhi. Ne-am îmbrăţişat şi ne-am despărţit într-un mod fericit. În vis, mi-a spus că-şi va lua o lungă odihnă şi că în curând va primi u nou trup şi va fi transferat către o zonă diferită, „mai luminoasă".

Formula practică numărul 7 sintetizează metoda visului. Poate fi folosită pentru a dobândi cunoaşterea raiului şi a urmări identitatea spirituală a unei persoane. Totuşi, la trezirea Kundalini, visele puternice pot deveni o caracteristică obişnuită. Invers, ţinerea unui jurnal şi analiza regulată a viselor pot ajuta la declanşarea trezirii energiei Kundalini.

FORMULA PRACTICĂ 7:
UN REZUMAT AL METODEI VISULUI

1. Abilitatea de a-ţi aminti este în prezent latentă. Aceasta nu înseamnă că vieţile trecute nu există.

2. Când legăturile uitate sunt reactivate, trăim fericire şi experienţele directe (amintiri) ale evenimentelor din trecut. Atunci se poate înţelege nemurirea. Acestea sunt experienţe spirituale puternice.

3. Uneori transferul de conştiinţă de la conştiinţa cotidiană la o stare spirituală nu este complet şi persoana se găseşte în zona de mijloc dintre fizic şi spiritual.

4. În aceste circumstanţe, amintirile spirituale se unesc cu amintirile fizice, şi intră la trezire în conştiinţa cotidiană.

5. Mulţi oameni nu se pot baza pe vise. Dar o fiinţă universală evoluată, prin propria voinţă, poate menţine aceste transformări de la un „corp" la altul. „Corpul" amintirilor sale este mai pronunţat decât cel al oamenilor tereştri. Pentru el, aceste experienţe spirituale nu sunt vise, ci realitate conştientă.

6. Acest transfer de conştiinţă poate fi vizualizat în vise; experienţele spirituale pot fi stabilizate şi persoana poate să-şi urmărească originile înapoi în lumea spirituală. Odată ce acest lucru este realizat, apare eliberarea – persoana nu se mai întoarce pe pământ.

7. Putem să ne contactăm Sinele transcendent, guru din interior, în vise.

8. Chiar înainte de a merge la culcare, se poate repeta de câteva ori: „Îmi voi aminti visele". Apoi notează-le. Roagă-te la Dumnezeu să-şi deschidă calea către adevăr şi să te îndrume.

9. Ţine un jurnal personal şi notează-ţi acolo visele imediat după trezire, indiferent dacă ţi le aminteşti integral sau parţial.

10. Sesizează schimbarea percepţiei timpului şi spaţiului din timpul somnului.

11. Alcătuieşte-şi un dicţionar personal de simboluri pe care le vezi în vise; descoperă cum mintea se exprimă prin simboluri.

12. Recitеşte visele scrise la intervale regulate, observă similarităţi de fundal într-o anumită perioadă determinată, şi mesajul transmis ţie în legătură cu circumstanţele vieţii reale

sau despre întrebările pe care le ai în minte. Dumnezeu sau Sinele tău transcedental îţi vorbeşte despre viitor. Poţi să o numeşti previziune.

13. Vei începe să înţelegi nivelele diferite la care visele apar. Această înţelegere va deveni în timp mai precisă şi directă.

14. Visul este un dar spiritual care poate fi refăcut în multe moduri. Este utilă explorarea legăturilor pe care le ai cu experienţele vieţii – de exemplu proprietăţile, templele, partenerul de viaţă, sau copii. Oricare dintre acestea pot declanşa o serie de vise care să-ţi lărgească orizontul spiritual.

15. Scopul neclar al evenimentelor care au loc în viaţă poate fi dezvăluit în vise.

16. Unii consideră că există o legătură între vise şi obiceiul de a bea. Totuşi, nu aş acorda prea multă atenţie acestei legături.

17. Câteva secunde de vis îţi pot dezvălui o întreagă poveste de viaţă. Astfel este echilibrul timpului dintre starea de vis şi cea de trezire.

18. Visele descriu starea noastră interioară.

CAPITOLUL 20

EXPERIENŢE DE MOARTE CLINICĂ

Primim dovezi ale existenţei vieţii după moarte direct de la sursă printr-o varietate de experienţe de moarte clinică, cum sunt operaţiile chirurgicale, căderile de la înălţime, sau orice rană care cauzează inconştienţa. După părerea mea, obţinerea unei secvenţe din viaţa de apoi este ca o vizită într-o ţară străină cu o viză de vizitare, dar care poate fi schimbată în cetăţenie prin meditaţie, practici metafizice, sau orice altă metodă de realizare a Sinelui. O astfel de experienţă nu este limitată la nici o religie sau numai la oamenii buni. După o experienţă de moarte clinică, majoritatea oamenilor devin mai spirituali sau încep să creadă într-o formă oarecare a conştiinţei divine.

După Atwater, anumiţi oameni găsesc că este dificil să revină la viaţa dinainte datorită profunzimii acestui tip de experienţă.[1] Reacţiile negative includ frica de a vorbi despre experienţa lor şi depresia la faptul că îşi recapitulează viaţa. Reacţiile pozitive includ extazul, puternica emoţie a unei

experienţe minunate, recunoştinţa, respect şi veneraţie, abilităţi psihice sporite, şi o înţelegere superioară, fără frică a morţii. După Rosemary Ellen Guiley: „Ring, filosoful Michael Grosso, şi alţii au teoretizat că experienţele de moarte clinică (NDE – near death experiences) pot fi o formă de iluminare sau «porţi către o conştiinţă superioară», şi pot avea un efect de transformare la nivelul întregii planete dacă suficienţi oameni au experienţe similare".[2] În mod similar, Carol Zaleski scrie că istoriile experienţelor de moarte clinică pot iniţia „un sentiment religios al cosmosului" în înţelegerea ştiinţifică sau laică a individului.[3]

Este important de observat că experienţele de moarte clinică au loc spontan; nu există nici o metodă specifică de a le induce. Totuşi, sunt factori în personalitatea unei persoane – abuzul, neglijarea, sau separarea din timpul copilăriei – care pot determina o persoană să fie predispusă la astfel de experienţe. Să luăm, de exemplu, experienţa lui Barbara Harris Whitfield:

> Atunci m-am separat de corpul meu, aşa cum făcusem când am fost abuzată când eram copil... M-am văzut într-o bulă, cu faţa în jos, strigând ca o isterică... energia mă învăluia şi trecea prin mine, controlând fiecare moleculă a fiinţei mele. Mi-a trebuit mult timp să folosesc cuvântul Dumnezeu... într-un nor de bule... fiecare bulă era un alt eveniment din viaţa mea... Am retrăit 32 de ani din viaţa mea... Mă puteam auzi spunând, „Nu te întreba, nu te mira. Nu te mira că eşti pe drumul de acum. Priveşte la ce ţi s-a făcut când erai o fetiţă." Am văzut toată scena abuzului... mama mea care abuza fizic de mine, îşi avea originea în abuzul de care avusese ea parte, copil fiind.[4]

În timpul extracorporalizării Barbara Whitfield a auzit două asistente care vorbeau despre ea şi a observat că ele nu-i

schimbaseră perna care se udase. După ce s-a întors în trupul ei, ea le-a spus asistentelor, spre marea lor surpriză, totul despre conversaţia lor, şi despre faptul că nu-i schimbaseră perna udă. Această descriere şi alte mii ar trebui să convingă pe scepticii care cred că experienţele de moarte clinică sunt doar vise.

Barbara Whitfield defineşte trezirea spirituală ca fiind o experienţă care ne deschide către o putere mai mare decât noi înşine. Eu aş spune că este o experienţă a unei puteri superioare care există în noi. Martinus defineşte cunoaşterea spirituală ca o analiză a experienţelor promovate de forţe care nu pot fi percepute cu cele cinci simţuri fizice.[6] Ambii sunt autori care au împlinit realizarea Sinelui prin metode complet diferite, şi totuşi, concluziile lor sunt identice şi se aseamănă cu descoperirile orientalilor – de exemplu, cu cele spuse de Sri Aurobindo. Barbara Whitfield a evocat energia spirituală „care poate fi numită în multe moduri – Kundalini, energie divină, duh sfânt, *ruach ha kodesh*, sau vântul divin care îmi îndrumă viaţa. Când este invitată în viaţa ta, această energie îţi va arăta cum să priveşti dintr-un punct de vedere superior."[7] În concepţia sa, un mistic este cineva care are o legătură cu Dumnezeu printr-o experienţă directă de comunicare cu sufletul sau copilul din noi. Se primeşte cunoaşterea directă a realităţii, şi călătoria spirituală ne îndrumă către această realitate – o confirmare interesantă a vechilor credinţe orientale şi a descoperirilor multor căutători ai adevărului!

Diane Goble s-a trezit la realitatea lumii spirituale când a căzut în valurile unui râu înfuriat, şi a respirat în apa rece (o experienţă descrisă pe coperta cărţii sale *Through the Tunnel*). Ea a crezut că va muri şi vedea scenele morţii sale de deasupra. Deodată, s-a găsit pe sine grăbindu-se printr-un tunel întunecat spre lumină. O fiinţă de lumină a comunicat cu ea telepatic şi a ghidat-o printr-o bibliotecă cu cărţile de unde ea îşi luase cunoaşterea. Având opţiunea de a rămâne sau de a

se întoarce pe pământ să-şi termine misiunea, în silă a luat decizia de a se întoarce pe pământ şi şi-a tras corpul înapoi spre pluta încă prinsă în torentul râului. Aceasta este o poveste tipică de experienţă de moarte clinică. Mesajul pe care ea îl transmite este: „Suntem cu toţii pe Drumul Spiritual înapoi către Sursă. Viaţa pământeană este o educaţie şi o oportunitate creativă – scopul ei este de a accelera creşterea spirituală ca şi Copii ai lui Dumnezeu Cel Iubitor."[8] Ea a ajuns la concluzia că „urmărirea cunoaşterii şi înţelepciunii ar trebui să ne preocupe timpul pe care-l avem – să învăţăm cum să fim în lumea fizică fără să ne ataşăm de plăcerile pe care le oferă sau să ne prindem în problemele ei. Indiferent ce-ar fi, deoarece este doar o existenţă temporară ".[9]

Nu este aceasta ceea ce Gautma Buddha a spus cu 2600 ani în urmă, confirmat de către contemporanii săi Zoroastru, Confucius, Pitagora şi alţii, şi mai târziu a înfăptuit independent Iisus Hristos? Am descoperit acelaşi adevăr tot mereu, prin metode diferite şi în timpuri diferite.

Globe scoate în evidenţă faptul că „LUMINA SFÂNTĂ este aceea care apare la fiecare chiar înainte de momentul morţii, dar puţin o observă".[10] După ea, iubirea, bunătatea şi compasiunea ridică frecvenţa energiei unei persoane. O persoană va fi trasă spre lumină pe măsură ce a fost deschisă către ea în timpul vieţii. Recunoaşterea luminii divine şi unirea cu ea poate duce la eliberarea completă de karma negativă, dar dacă cineva moare cu inima plină de ură, acea persoană nu va fi conştientă de prezenţa luminii. Persoana nu-i va atinge frecvenţa şi va continua să trăiască *bardo thodol* al Tibetului, care spune că posibilitatea de iluminare este cea mai mare în momentul morţii.

Mulţi învăţaţi au comentat semnificaţia experienţelor de moarte clinică. Nils Bjorn Kvastad, în lucrarea sa *Problems of Mysticism*, arată că „decedatul vede o lumină clară. Dacă se

uneşte cu ea, şi realizează acest lucru în mod conştient, el va avea o experienţă mistică şi va fi eliberat."[11] Dr. Raymond Moody se pare că ne vorbeşte despre aceeaşi lumină din Bardo Thodol, când spune:

> Experienţa mistică poate fi atunci o experienţă anticipată a vieţii de după moarte, după concepţia adeptului mistic al lui Isis, Apulejus, exprimată când el descrie o experienţă mistică: „Am trecut prin porţile morţii." Totuşi, dacă această lumină este realizată, şi viaţa de dincolo a devenit o experienţă mistică continuă, cum „Bardo Thodol" susţine că poate fi, nu mai există existenţă individuală, separată. Decedatul cumva se va contopi cu Universul.[12]

Yoghinii, deoarece experimentează moartea cât încă sunt în viaţă, văd această lumină şi apoi experimentează vizite în dimensiunile superioare.[13]

Experienţele de moarte clinică au loc când sufletul le cere; ele nu pot fi produse prin forţă. Nu poate fi concepută nici o formulă practică pentru a le genera. Cu toate acestea, când o astfel de experienţă într-adevăr are loc, poate fi utilă obţinerea unui „adăpost" într-o formulă organizată, pentru a obţine realizarea Sinelui. Acelaşi lucru este valabil pentru evenimentele bruşte descrise în capitolul 21.

CAPITOLUL 21

CRIZE ŞI SUFERINŢĂ

Barbara Harris Whitfield a observat că simbolul chinezesc pentru criză înseamnă de asemenea oportunitate, şi că literatura antică orientală recunoaşte că drumul eliberării este accelerat în timpul crizelor şi suferinţei.[1] Sunt de acord cu aceasta şi adaug că ori de câte ori condiţiile sunt atât de dificile încât determină o criză, un individ poate fi deschis pentru creştere spirituală. Criza este o oportunitate. Paul Twitchell şi Harold Klemp ne-au oferit declaraţii similare în cărţile lor despre Eckankar.[2] Criza pare să fie un catalizator pentru dezvoltarea spirituală. Odată realizarea Sinelui înfăptuită, nu mai contează cum cineva pare că trăieşte.

Naşterea unui copil este o oportunitate pentru experienţa spirituală. În timpul naşterii, unele femei spun că simt prezenţa unor rude decedate, unele vizitează peisaje din dimensiunile superioare, şi unele trăiesc un extaz incredibil, urmat de fericire pentru multe zile sau chiar săptămâni. Aceste experienţe spirituale pot fi permise să se întâmple natural în stare de conştiinţă, dacă femeile sunt pregătite în avans. Christina Groff, fondatoarea Kundalini Research Network din California, este

un excelent exemplu în acest sens. Energia sa Kundalini s-a deşteptat în timpul naşterii celui de-al doilea copil; mai târziu ea a fost iniţiată de Swami Muktananda în Honolulu.

Doliul este o criză în care cineva care este excesiv de ataşat de o persoană pe moarte poate trăi iluminarea. Cunosc personal câţiva oameni cărora li s-a întâmplat acest lucru. Pot de asemenea să citez exemplul tatălui meu, care a murit pe 7 septembrie 1992. În acea zi, pe la 8 p.m., în timpul rugăciunilor şi meditaţiilor mele zilnice, am intrat într-o stare de concentrare şi pace excepţional de profundă, pentru aproximativ o oră. În acest timp, am simţit prezenţa cuiva în jurul meu. Tatăl meu îşi exprimase dragostea lui către mine mai mult decât mi-o exprimasem eu; nu a dorit niciodată ca eu să părăsesc India.

Câteva zile mai târziu, după sosirea mea la Delhi, am plâns amarnic în camera tatălui meu. În acea noapte m-m retras târziu, şi m-am trezit dimineaţă devreme cu sentimentul că umărul meu este puternic scuturat de către cineva. Am simţit o respitaţie în jurul meu şi am ştiut că era tatăl meu. În următoarele treizeci de minute, i-am spus multe lucruri şi l-am asigurat că voi avea grijă de mama mea şi voi supraveghea ca averea pe care o lăsa va fi împărţită în mod egal. Apoi l-am rugat să mă trezească încă o dată, pentru a-mi oferi dovada prezenţei sale. Şi într-adevăr m-a mai trezit o dată în acea dimineaţă. În aceeaşi noapte, sora mea l-a auzit pe tatăl meu chemând-o şi l-a văzut stând în afara ferestrei de la camera ei, purtând costumul pe care l-am adus de la Londra pentru el. Părea mult mai tânăr, ca un bărbat zâmbitor la 35 ani.

Cu trei zile înaintea morţii sale, tatăl meu a început să vadă prieteni decedaţi şi rude care stăteau în jurul său. Era prezenţa cuiva în uniformă care scria într-un carnet; el a spus că acest poliţist nu-i putea face rău, deoarece nu comisese nici o crimă. De asemenea m-a văzut pe mine purtând un turban

alb, care eram implicat într-un ritual oarecare. Această imagine a prevăzut declararea mea oficială ca şef al familiei într-o ceremonie religioasă, cu un turban alb pe capul meu, care a avut loc la câteva zile după moartea lui.

Toţi am fost martori cum mama mea îşi creştea intensitatea rugăciunilor şi expresiilor mantra pentru meditaţie, şi a intrat într-o lungă perioadă de transă. După aceea, ne-a spus despre oamenii decedaţi pe care i-a văzut în viziunea ei. Ea a văzut scrieri ciudate, pe care le-a înţeles parţial pe perete şi fiinţe celeste în cameră, mai ales când noi cântam cântece religioase şi când am citit din cărţi religioase. Când i-am oferit de mâncare lui Krishna, mama invariabil a observat venirea lui într-un corp astral şi luând din mâncare. Ea a devenit o persoană complet schimbată. Mama a plâns zi şi noapte, şi a continuat să o facă timp de săptămâni după moartea tatălui meu. În cele din urmă, am luat-o pe mama cu mine în Fiji, unde a stat câteva luni. Ideea este că mama mea a fost foarte implicată în procesul morţii tatălui meu, şi în acel moment ea şi-a primit iluminarea.

Împărtăşind momentele morţii soţiei sale Sally, poetul mistic englez P. J. Kavanagh a trăit „revelaţia" la spitalul din Java:

> Nu a fost o experienţă vizuală, dar poate fi cel mai bine descrisă în termeni vizuali. Era de parcă fluxuri de lumină se întindeau de la nor la nor. Totul părea că este conectat. Nu era nici o experienţă acustică, dar puteţi să vă imaginaţi că erau prezente coruri de îngeri şi muzica sferelor. Şi ceea ce era surprinzător, părea că acolo erau enorme cuve pentru consolare. Era de o ardoare imensă. Aceasta nu era o surpriză; cu toate acestea părea că cineva ştiuse dintotdeauna asta. Şi doar după aceea am realizat că nu mă gîndisem, Dumnezeule! Asta este o revelaţie, o iluminare![3]

După două luni, a început să vadă culori în forme clare, vibraţii într-un mod misterios. Deodată a simţit o dragoste copleşitoare pentru Anglia – o emoţie pe care nu o simţise până atunci.

Kavanagh era pe atunci pe la şaizeci de ani. Când a mers la o petrecere, a fost brusc copleşit cu valuri de râs tăcut – un fel nemărginit şi mozartian de râs. Era un râs indirect, necentrat pe nici un obiect, şi nu era nici un Sine în el. Era frumos şi se domolea cu un rafinament interior, precum senzaţia pe care cineva o are după o izbucnire de plâns. Era o eliberare bruscă a Sinelui. După Kavanagh, starea de excitare emoţională a fost responsabilă pentru căderea barierei. El consideră că fiecare bărbat şi femeie îşi are momentul său. Pentru el, acestea au fost momente de inspiraţie literară care conţineau lumină şi pasiune, când ceea ce simţea era mai degrabă uman decât personal. El nu credea că aceste stări de iluminare te pot proteja. Totuşi, pentru el credea că este necesar un anumit mod de concentare formală sau socială, o oarecare formă de obişnuinţă plicticoasă. L-a dus către Dumnezeu. După părerea lui, fiecare trebuie să-şi găsească propria sa cale.

Tortura fizică sau emoţională pot de asemenea să te deschidă către prezenţa lui Dumnezeu şi să inducă cunoaşterea transcedentală din interior. Acest lucru s-a întâmplat lui dr. Sheila Cassidy din Anglia în 1975, când a fost arestată şi brutal torturată de către poliţia secretă din Chile. Întrebată fiind de momentul când convingerile ei au devenit profunde, ea a răspuns că nu a fost nici un moment anume. Niciodată nu l-a trăit pe Dumnezeu care vorbeşte în cuvinte. Experienţa a fost mai degrabă o cunoaştere venită din interior. Când au început să-i dea jos hainele, ea era complet neîncrezătoare, deoarece ea întotdeauna considerase că are un mijloc de a se proteja. Dar pe când se întâmpla, ea într-adevăr a avut un sentiment al prezenţei lui Dumnezeu, care niciodată nu a părăsit-o. Cu

cuvintele ei: „În timpul interogatoriului şi când îmi era frică de viol, am supravieţuit minut după minut, fiind absolut terorizată şi nesimţind nici un sentiment pentru oameni... după tortură eram tot mai mult convinsă de existenţa unui Dumnezeu care ne iubeşte, care mă cunoştea şi mă iubea personal."[4]

Pe drumul Damascului

După Sir Fred Hoyle, om de ştiinţă şi astronom, revelaţiile necontrolate pentru oamenii de ştiinţă şi oamenii religioşi se declanşează prin crize:

> Dacă ne întoarcem pe drumul către Damasc, Sfântul Pavel îşi limitase gândirea şi deodată limitele au fost îndepărtate. De aceea este o experienţă personală intensă. Se poate întâmpla dacă persoana trece printr-un fel de criză, fie ea morală, matematică, sau a gândirii ştiinţifice.[5]

După părerea sa, fiecare trebuie să parcurgă drumul său spre Damasc. Hoyle spune că Einstein a rezumat întreaga filosofie ştiinţifică în remarca sa: „Dumnezeu poate fi delicat, dar nu este răzbunător."; este doar un sentiment în tine însuţi; este o lumină pe drumul care duce la Damasc. După cum am arătat anterior, Sir Alister Hardy, comentând expresia „drumul către Damasc", folosită frecvent de Sir Fred Hoyle în cartea *Revelation: Glimpses of Reality*, spunea că expresia înseamnă o „revelaţie bruscă", sau ceva foarte important, care influenţează întreaga concepţie a individului, şi căruia putem să-i dăm numele de Dumnezeu.[6]

Singurătatea şi agonia masturbării în faţa bărbatului a declanşat o experienţă spirituală în actriţa britanică Sarah Miles. După spusele ei, regizorii bărbaţi nu pot explica unei

femei cum să se masturbeze; este ceva care se face în particular. La scurt timp după ce a jucat o scenă de masturbare, ea a avut prima revelaţie. Vederea filmului face pe toată lumea să se grăbească să declare „Bine jucat", dar Sarah a fost deconcentrată datorită durerii singurătăţii în jucarea acestei scene. Mergând pe drumul pustiu înapoi spre casă, ea a trăit ceva nou:

> Era chiar frumos. Simţeam o enormă căldură venind dintr-o zonă chiar deasupra plexului solar. Era o căldură puternică din interior, ca focul, focul fierbinte, mai fierbinte chiar decât focul. De asemenea am observat că eram amorţită la extremităţi, picioarele îmi erau reci şi eu eram rece, dar fierbeam la mijloc. Respiraţia părea să vină dintr-un loc pe care nu-l cunoscusem înainte. Am simţit frică datorită acestei călduri, şi apoi s-a schimbat. Eram sigură. Nu era nici o îndoială; fusese stare dureroasă care-mi depăşea înţelegerea. M-am simţit la acel moment, nu Eu, ci altcineva care eram eu, şi totuşi nu eram eu, că era capabil să danseze de-a lungul estuarului. Am simţit că aş putea să fac orice, prin altceva care mi se întâmpla. A fost un moment de totală încredere şi cred că de totală omnipotenţă. A fost ca şi când Dumnezeu era în interiorul meu şi că eram una cu toate lucrurile din interior sau exterior. Sună teribil a clişeu, dar este atât de dificil să o descriu. Extraordinară certitudine. Asta a fost atât de ciudat – certitudinea despre toate şi cunoaşterea despre toate.[7]

De atunci, Sarah aude tot timpul o voce interioară pe care o ascultă. Ea a înţeles că suntem cu toţii veşnici, şi s-a decis să descopere corpul ei spiritual şi eternitatea. Când priveşte în urmă, momentul exact al revelaţiei a fost probabil o fracţiune de secundă, pe când drumul ei a durat de fapt aproximativ cinci minute. Încredere, prezenţa lui Dumnezeu şi un nou mod ciudat de a respira au rămas după experienţă. Ea a trecut de la

atitudinea de atotputernică la cea de a fi un instrument complet supus voinţei divine. Altcineva a preluat controlul, care-i spunea ei să facă anumite lucruri.

După ce a ajuns acasă, a făcut o baie fierbinte timp de aproape trei zile, schimbând constant apa fierbinte. Se simţea atrasă spre moarte, dar nu se temea. Ceva i s-a întâmplat şi a luat o mână de somnifere, apoi o revelaţie a venit şi a pus pastilele la loc. A luat un stilou şi o hârtie şi a început să scrie, şi a continuat să scrie timp de trei zile. Aceasta a dus-o la meditaţie şi yoga, ambele fiindu-i de folos timp peste ani. După părerea ei, meditaţia este un drum minunat pentru ca oamenii să capete cunoaşterea de Sine. Sarah ş-a pus pe sine în mâinile sorţii, lucru pe care nu-l făcuse niciodată înainte. Ştia că moartea nu este sfârşitul. Aceasta nu este o convingere; este cunoaştere – ştia. Dar simţea că este foarte dificilă punerea în practică a acestei cunoaşteri. Ea a primit un munte de scrisori ca răspuns la programul ei de revelaţie, şi a fost fericită că programul ei a ajutat să trezească seminţele spiritualităţii care sunt latente în majoritatea oamenilor.

Rănindu-se pe o pantă, fiind catapultat în jos cu capul spre munte, lovindu-se după o căzătură periculoasă, alpinistul britanic cel mai faimos, Doug Scot, gândea: „Ei bine, acum urmează să mor, dar nu va fi un lucru rău! O căldură m-a învăluit. Apoi m-am oprit mort în zăpadă".[8] El a văzut cum este să fii prins de o avalanşă şi a avut viziuni cu zăpadă şi pietre. Episodul a lăsat ceva permanent în el. A înţeles că, deşi nu ar alege să moară acum, nu-i era frică de moarte.

Câteva săptămâni mai târziu, mergea cu o femeie care suferea enorm pentru moartea prietenului ei, un alt alpinist numit Dougal. Deodată, el a simţit vibraţii în peisaj, şi energie în mişcare la periferia viziunii sale. Această experienţă intensă i-a mărit sentimentul de compasiune. Putea să înţeleagă problemele oamenilor, şi să sesizeze o conexiune între toate

lucrurile. Percepţia sa amplificată este greu de descris. Deşi durase timp de câteva secunde, i-a schimbat întreaga concepţie despre viaţă. S-a implicat pentru prietenii şi cunoscuţii care aveau probleme, şi s-a implicat în ajutorarea lor prin diferite moduri de a-i ajuta, simpatie, înţelegere şi compasiune. Înainte fusese indiferent, dar acum, pentru prima dată, a început să facă ceva pentru altcineva, fără să se aştepte la vreo recompensă.

Experienţa l-a ridicat spre un nou mod de a percepe întreaga activitate de a fi în viaţă. Noul său interes pentru literatură l-a liniştit, datorită naturii sale profunde. Pentru a înţelege a început să citească tot felul de literatură ezoterică – Tao, *I Ching* şi multe altele. Deşi efectul a fost puternic numai pentru câteva luni, a rămas un punct de referinţă pentru tot restul vieţii. Deşi nimic rău nu i s-a întâmplat pe munte, Doug Scot a observat că acolo nimeni nu mănâncă sau doarme mult, şi asta poate fi o cheie pentru a înţelege percepţia sa senzorială crescută. El putea simţi cum vin gândurile, şi că era un spaţiu între gânduri. Spaţiul era calm şi liniştit. Deşi nu este în acel spaţiu tot timpul, el apreciază experienţa ca un permanent punct de reper. Cu toate acestea, el susţine că nu trebuie să mergem pe munte pentru a avea o astfel de experienţă; se poate realiza în spatele grădinii, dacă este cunoscută tehnica şi persoana are o dorinţă puternică. Sunt de acord cu Doug Scot în această privinţă.

Întrebat dacă-şi doreşte să trăiască din nou unul din momentele revelaţiei, el a spus că ar fi minunat dacă s-ar întâmpla, dar asta nu se întâmplă când persoana se străduieşte prea mult. Doar prin abandonarea ambiţiei de a cuceri piscul, evenimentele se derulează pentru a-ţi permite să ajungi acolo. Perfecţionarea mijloacelor şi nu a rezultatelor, sunt cele care produc astfel de momente. Doug Scot ar putea să-şi controleze trupul în aşa măsură, că ar putea rapid să se vindece singur. Ar simţi nevoile altora fiind calm, relaxat, interesat şi empatic. El

a înţeles adevărul, cu cuvintele lui Ouspensky că „majoritatea dormim". Doug Scot a fost în stare de şoc când şi-a înţeles păcatele şi a primit o frântură a vastului potenţial pe care fiecare dintre noi îl are.

Harold Klemp din Eckankar descrie o descoperire similară cu cea a lui Doug Scot, în *Letters of Light and Sound*. O femeie paraşutist nu putea să-şi deschidă paraşuta, în ciuda eforturilor ei. Apropiindu-se de moartea iminentă, ea a ieşit din trup şi a descoperit că uitase să apese butonul corect. Rapid, ea a reintrat în trup, a apăsat butonul care trebuia, şi a aterizat în siguranţă. Percepţia ei amplificată în timp ce era în afara trupului i-a schimbat întreaga concepţie de viaţă; nu a mai fost niciodată aceeaşi persoană. În cele din urmă a studiat metafizica şi a practicat serios meditaţia, şi pe măsură ce timpul trecea a comunicat îmbunătăţiri ale stării spirituale.

Bătut măr de un ofiţer însărcinat cu paza într-un lagăr japonez de prizonieri de război, Sir Laurens Van Der Post deodată a auzit o voce în interiorul său care-i spunea „Mergi înapoi, şi lasă-l să te bată din nou!"[9] Instantaneu s-a întors şi stătea înaintea ofiţerului. Ofiţerul a luat scaunul pe care stătea şi tocmai se pregătea să-l lovească pe Sir Laurens Van Der Post cu el, când în minte i-a apărut gândul că tocmai îl pusese pe acest om la pământ. Ritmul a ceva rău s-a rupt în el; a aruncat scaunul şi a plecat cu dezgust. Sir Post este sigur că dacă nu l-ar fi înfruntat încă o dată pe ofiţer, mulţi oameni ar fi fost ucişi în acea zi, dar nu avea nici o previziune că asta urma să facă. El întotdeauna a simţit că există ceva în noi, indiferent dacă murim sau nu, care este întotdeauna cu puţin în faţa morţii. La acel moment el a simţit că era vocea creaţiei cea care vorbeşte. El a scris mai mult de douăzeci de pagini şi a realizat câteva filme, inclusiv *The Story of Carl Gustav Jung*.

Sir Laurens observă că oamenii de ştiinţă eşuează când uită aprecierea lui Einstein: „Spiritul ştiinţei este pios". Ştiinţa

tinde să reducă spiritul la raţionalism, ceea ce în concepţia lui este greşit. El crede că această tendinţă generală este în fiecare, şi că putem deveni receptivi la revelaţie. Există ceva în viaţă care încearcă să compenseze dacă viaţa merge prea departe într-o direcţie. Spiritul vorbeşte la oameni diferiţi în moduri diferite. Cineva nu poate explica în mod raţional natura unui artist, preot sau om de ştiinţă. Nu putem descoperi în mod raţional elementul din spatele creativităţii lor; de exemplu ceva a făcut ca Arhimede să descopere că cantitatea de apă dislocată de corpul său în cadă este egal cu masa corpului său. Descartes a spus „Gândesc, deci exist", ceea ce înseamnă că există ceva/cineva care gândeşte prin noi. Germanii o numesc *einfall* – inspiraţie – ceva care trece prin noi rapid precum o străfulgerare de lumină. Inspiraţia apare când un gând necunoscut este deodată recunoscut.

Conform cu Sir Laurens, revelaţie este o scânteiere de recunoaştere. Totuşi, el consideră că revelaţia este continuă; nu întotdeauna trebuie să fie dramatică. El crede mai mult în revelaţiile care are o evoluţie constantă şi liniştită, decât în cele bruşte şi dramatice. El a observat că omul niciodată nu s-a simţit atât de ameninţat, nesigur, şi speriat ca în prezent, datorită fricii teribile de războiul atomic. Este o forţă creată de om, dar pe care nu ştim cum să o controlăm. Acest dezechilibru a dus la insecuritate.

O insultă care se întoarce într-o îmbrăţişare drăgăstoasă a trezit în inima actorului şi comediantului britanic Kenneth Williams revelaţia legată de „Şi iartă greşelile noastre aşa cum şi noi iertăm greşiţilor noştri". Pe când îşi efectua serviciul militar în Sri Lanka, el a fost aruncat afară de către comesenii britanici printre soldaţii indieni, deoarece era îmbrăcat necorespunzător. Mai târziu, el a fost rugat de către ofiţerul său să se întoarcă la masa lor, în uniforma corespunzătoare, şi şi-a cerut scuze ofiţerului indian pentru acest act. În timp ce făcea

asta, se simţea foarte ruşinat şi se aştepta să fie la rândul său insultat. Dar ofiţerul indian l-a îmbrăţişat, l-a pupat pe ambii obraji, şi l-a invitat să cineze cu ei. Când Williams a fost surprins, ofiţerul indian i-a amintit proverbul. Willims ne spune: „Am fost lovit ca de un fulger şi m-am blocat. A fost o revelaţie pentru mine deoarece l-am spus de o sută de ori fără să am înţelegerea reală a importanţei acestor cuvinte".[10] A venit ca un fulger din cerul senin, şi a fost ajutat să devină conştient de adevărata semnificaţie a rugăciunii de către un hindus.

După Williams, voinţa are un scop pe care ştiinţa nu-l poate explica. Ştiinţa ne poate spune cum electricitatea este utilă, sau cum fulgerul loveşte, dar nu poate explica de ce. Credinţa suplineşte „de ce". După părerea lui, comedia are un conţinut mistic. Un lucru misterios are lor în auditoriu când râsetele apar. Cineva poate converti prin umor un lucru care produce sărăcie într-unul amuzant şi creativ. În concepţia lui, fericirea este un lucru efemer, şi ceea ce putem noi cel mai mult să obţinem este mulţumirea cu destinul nostru. Poate că suntem creaţi din fericire şi prin râs, şi în acele momente ne transcendem separarea de divin prin trăirea adevăratei noastre naturi.

Evenimentele bruşte descrise în acest capitol sunt toate spontane; oamenii implicaţi nu au nici un control asupra lor. Totuşi, cineva poate trage concluzia că, atunci când este deschis către „vocea interioară", la momentul când apare criza, vocea ghidului interior va vorbi. Mai mult, ascultarea acelei voci sau intuiţia pot duce la ieşirea din criză. Primirea unei revelaţii sau a unei frânturi de adevăr şi apoi studiul unei metode organizate de perfecţionare spirituală pot ajuta o persoană să dobândească eliberarea din Maya şi realizarea Sinelui.

CAPITOLUL 22

CALEA SEXULUI

Calea sexului este cea mai puternică şi naturală – şi probabil cea mai scurtă – care duce la Sine sau realizarea lui Dumnezeu, dacă este corect înţeleasă. „Tantrele transformă sexul în spiritualitate, dar predica moralităţii în India nu a permis mesajului să sjungă la mase."[1] Deşi practica Tantra a fost interzisă cu mii de ani în urmă, filosofia ei este imortalizată în monumentele din Khajuraho şi templele din Puri şi Konark, situate în India. La vederea imaginilor de cupluri goale implicare în activităţile erotice pe pereţii exteriori ai templelor din Khajuraho, nu simţi vulgaritate; mai degrabă, eşti învăluit în sentimente de sacralitate şi pace. Pe faţa statuilor se poate găsi impresia senină şi paşnică a lui Buddha şi Mahavir. Vizionarii care au creat statuile erau familiarizaţi cu sexul spiritual. Aşa cum privitul a doi oameni care se luptă satisface şi elimină adâncul instinct pentru luptă, meditaţia pe aceste imagini de acte sexuale eliberează sexualitatea animalică din interiorul celui care priveşte, care devine calm şi liniştit. Eliberarea de pasiune poate fi realizată prin lungi sesiuni de concentrare pe aceste desene. La intrarea în templu,

persoana vede statuia liniştită a lui Shiva care locuieşte acolo. Acesta este secretul Tantra.

Vorbind despre *samadhi*, Iisus Hristos spunea „Nu va mai fi timp". Dacă cineva observă de aproape procesul copulaţiei şi orgasmul, persoana descoperă că două lucruri sunt create – eliminarea Eului şi veşnicia. Acestea sunt exact caracteristicile unui samadhi. În acel scurt moment de apogeu sexual, individul gustă beatitudinea şi divinitatea. Pentru a avea din nou aceeaşi experienţă, persoana se răsfaţă cu sex repetat şi foloseşte o enormă cantitate de energie şi vitalitate. Cu toate acestea, persoana a atins nivelul subtil al experienţei sexuale, care în esenţă este spiritual. La acest moment, ceea ce persoana poate înţelege este că plăcerea sexuală nu este sfârşitul, ci mijlocul de a atinge binecuvântarea permanentă a samadhi. În mod normal, ejacularea acompaniază orgasmul. Dacă cineva cunoaşte secretul de a le separa, poate să se bucure de fericirea absolutului fără să-şi piardă energia sau vitalitatea. Acest lucru se întâmplă la yoghini. Ei sunt într-o stare de permanentă fericire, şi sunt plini de energie. Aici este momentul când meditaţia intră în scenă, iar persoanei i se cere să ştie arta de a converti sexul în meditaţie.

Muhammad Subuh, mai târziu cunoscut ca Pak Subuh şi poreclit Bapak, a fost un musulman sufist, nativ din Java. După el, interacţiunile de la nivelul oamenilor se realizează prin actul sexual:

> „Actul unirii sexuale îi dă omului şansa de a fi influenţat de forţa care este specifică omului, deoarece, în momentul orgasmului, Sinele ascuns al bărbatului sau femeii este izolat de forţele inferioare. La acest moment, dacă un bărbat poate fi eliberat de dorinţă şi de gândire, el va deveni conştient de o trezire interioară către adevărata lui natură."[2]

Când în timpul actului sexual conştiinţa este înălţată la un nivel pur uman, persoana poate deveni conştientă de natura forţelor inferioare şi să se detaşeze de ele. Odată ce dominaţia lor ia sfârşit, persoana devine stăpânul lor, şi le poate conduce spre rutele lor adecvate.

Conform cu Swami Satyananda Saraswati, energia spirituală trece prin patru nivele diferite de existenţă: ignoranţă, sex, dragoste şi experienţă spirituală.[3] În timpul yoga, când Kundalini ajunge la cel de-al patrulea centru, la nivelul inimii, energia este convertită din dragoste în experienţă spirituală. Astfel în yoga, persoana se străduieşte să transforme energia sexuală în iubire, iar pe aceasta în experienţă spirituală. Pundit Gopi Krishna spune că aceasta este aceeaşi energie care se află la cele două extreme ale existenţei: la nivelul inferior, este responsabilă de experienţele erotice, în timp ce la nivelul înalt generează experienţe spirituale.[4] Cele două nivele sunt atât de aproape, încât ele de-abia apar separate unul de celălalt.

Elisabeth Haich vorbeşte profund despre energia sexuală şi arată modurile în care o putem converti, folosind yoga, în conştiinţă superioară. După Haich:

> Sexualitatea şi conştiinţa superioară sunt două forme diferite în care se manifestă forţa creativă divină, Iubirea. Energia sexuală, cea mai joasă formă a Iubirii, poate deveni în om cea mai superioară formă a Iubirii, conştiinţa divină... Profunzimile psihologiei moderne ne pot ajuta împreună cu o combinaţie de metodă a dezvoltării, dar numai prin yoga şi meditaţie putem ajunge la scop.[5]

Freud a observat de asemenea că sexualitatea poate fi convertită într-o „putere spirituală creativă" şi a numit acest proces *sublimare*. Haich subliniază că singurul combustibil care este absolut necesar pentru stimularea centrilor chakrelor

este energia sexuală. Întregul proces este valabil pentru ambele sexe. Aceeaşi energie sexuală care a adus omul dintr-o stare spirituală într-una trupească îl poate aduce înapoi la starea lui primară divină, a totalităţii. Singurătatea, nu relaţiile personale, pavează drumul către Dumnezeu. Yoga este calea cea mai scurtă şi sănătoasă către Dumnezeu. O persoană nu poate renunţa la sex decât dacă a înţeles pe deplin ce înseamnă o viaţă sexuală împlinită. Cheia secretă către piatra filozofală a alchimiştilor este propria energie sexuală.

După Haich, indivizii nu sunt altceva decât energia lor sexuală care trece prin diferite stagii şi capătă diferite forme. „Atâta timp cât omul rămâne inconştient, el îl trăieşte pe Dumnezeu în interior ca dorinţă sexuală. Când devine conştient, el îl trăieşte pe Dumnezeu ca pe propriul Sine, ca pe propria fiinţă adevărată, care Eu sunt! Dumnezeu este pentru om starea absolută de realizare a conştiinţei de Sine."[6] Ea numeşte nuntă mistică uniunea dintre Iubire şi conştiinţa fiinţei fizice. Cartea ei arată o imagine care-L reprezintă pe Dumnezeu în Mexicul antic. La bază este un şarpe, care simbolizează energia sexuală. Pe el stă o figură masculină care simbolizează trupul – în manifestările lui fizice, emoţionale, mentale, şi intuitive; la vârf este conştiinţa de Sine, imaterială, pură, spirituală, şi strălucitoare – Dumnezeu. Ea observă că acelaşi şarpe este cunoscut în India ca fiind Kundalini şi descrie manifestarea energiei la cele şapte nivele, numite chakre.

Doar energia sexuală ne aduce eliberarea de energia sexuală însăşi. Energia sexuală este cauza agitaţiei interioare, care ne stimulează continuu să ne găsim drumul interior. Cu cuvintele lui Haich:

> La un moment neaşteptat, printre impulsurile animalice, în „noapte", în obscuritatea inconştientului, se naşte conştiinţa de Sine, precum Pruncul Sfânt a fost născut într-o

> iesle, printre animale, în „noapte", în întuneric... Doar el poate să-L atingă pe Dumnezeu, acela care a devenit cu adevărat familiar cu sexualitatea şi i-a gustat în întregime toate potenţialităţile, fie în această viaţă, fie în alta anterioară.[7]

Energia sexuală este purtătoarea vieţii şi Dumnezeu va rămâne de neatins pentru persoana care este ignorantă în privinţa sexualităţii. Experienţa sexuală deplină poate elibera o persoană din constrângerile sale, apoi individul îşi poate exercita controlul asupra sexului, folosindu-l în sens creativ.

Haich a observat că o persoană nu poate sluji la doi stăpâni. Se pot direcţiona puterile creative fie spre centrele superioare, fie spre cele inferioare, dar nu spre ambele în acelaşi timp. Asta înseamnă că există o etapă la care individul îşi opreşte folosirea centrilor inferiori şi, de aici încolo, se concentrează doar asupra centrilor superiori. Dar în acest timp dorinţa sexuală va scădea precum cade fructul copt din copac. Deşi organele sexuale sunt puternice şi sănătoase, ca la orice altă persoană normală, potenţa intră într-o stare latentă. Energia lor este spiritualizată şi folosită doar într-un mod divin, creator. Persoanele cu adevărat deosebite nu au trăit niciodată în promiscuitate; au avut rol de model pentru alţii pe drumul spre eliberare. Aceste idei sunt coroborate de învăţăturile lui Pitagora, care a folosit simbolul Y pentru a spune că cineva poate merge fie pe drumul spiritualităţii, fie pe drumul lumesc, dar nu pe ambele în acelaşi timp. Ideea este confirmată de învăţăturile tradiţionale hinduse. Totuşi, este dificil să găseşti oameni eliberaţi, deoarece, în înfăţişarea lor exterioară, ei par la fel ca toţi ceilalţi. În special aceia care sunt imediat sub nivelul de sfinţenie sunt capabili să-i recunoască.

După ce a întreprins călătoria de la sexualitate la spiritualitate şi a intervievat câţiva bărbaţi şi femei care au avut de

asemenea experienţe încununate de succese, Barbara Harris Whitfield a scris cartea *Spiritual Awakenings*, în care ne învaţă că spiritualitatea şi sexualitatea sunt cele două feţe ale aceleiaşi monezi, natura noastră. Sexualitatea este cheia şi, de asemenea, uşa de intrare către dimensiunile conştiinţei transcedentale. Oamenii i-au încredinţat mărturia că trezirea lor spirituală a avut loc în timp ce făceau dragoste şi că acest lucru a fost precedat de o precipitare a energiei divine. Câţiva participanţi şi vorbitori i-au spus de perioadele din timpul călătoriei lor spirituale, când au dorit să fie celibatari, de obicei pentru o perioadă de un an sau doi. Pentru unii, aceasta a devenit o alegere permanentă. Whitfield observă că drumul relaţiei intime poate să nu fie dat pentru oricine. Poate să fie chiar nepotrivit pentru unii sau în anumite situaţii.

> Energia divină face să te cunoşti pe tine însuţi. Doi, deci înţeleg şi trăiesc sacrul, trei (Dumnezeu, tu şi cu mine) care devine unul... unirea cu Dumnezeu este o experienţă personală directă. Sexualitatea ne conectează pe frecvenţa extazului care apoi ne conectează înapoi la Sursa noastră Divină.[8]

Conform psihanalistului şi omului de ştiinţă Wilhelm Reich, a face dragoste este încercarea umanităţii de a se întoarce la originarul, nestingheritul flux de energie cosmică. Whitfield sugerează că momentele de extaz implică trei elemente de bază: transcenderea timpului, transcenderea Eului, şi fiinţa total naturală. Aceste trei lucruri, care ne dau nouă extazul, se întâmplă natural în sex. Odată ce aceste trei elemente au fost trăite în sex, persoana le poate experimenta de asemenea în meditaţie sau invers.

Conform cu Whitfield, ştiinţa sexului nu poate fi acceptată într-o zi. Totuşi, eforturi persistente pot aduce rezultate. Metoda

ei de sex spiritual este de a prelungi actul sexual şi de a rămâne într-o stare relaxată în timp ce, genital, partenerii sunt interconectaţi, stimulând astfel meditaţia. Nu trebuie făcute mişcări bruşte de penetraţie, cu excepţia pierderii erecţiei, apoi, cu mişcări uşoare, penetrarea va continua. Erecţia completă nu este necesară. Cei doi parteneri ar trebui să fie în poziţii corecte, astfel încât contactul să fie exclusiv genital. Nu ar trebui spuse vorbe, iar mintea ar trebui folosită pentru a sesiza ce se întâmplă. Să simţi căldura care curge, iubirea care curge şi energia în contact. Ar trebui să fie conştiinţă fără încordare şi un sentiment de relaxare care te inundă. Într-un timp scurt, valea apare; ai un orgasm relaxat şi transcenderea se petrece. Acesta nu mai este sex, ci doar meditaţie a extazului calm. Von Urban spune că ciclul energiei devine sesizabil şi, în mai puţin de 28 de minute, beatitudinea se instalează şi se menţine pentru o lungă perioadă de timp. Meditaţia obişnuită şi sexul spiritual durează aproximativ 20 de minute. Apare sentimentul că eşti mai tânăr şi mai plin de viaţă, iar energia se reînnoieşte. Cuvintele tensionează, lasă lucrurile să se petreacă şi fii conştient de ele.

Am detaliat în altă parte, printr-o varietate de exemple, că persoanele căsătorite au mai mult succes în căutările lor spirituale decât celibatarii.[9] Am descris cazuri din Orient şi Occident, de la sfinţi la oamenii obişnuiţi. Mulţi oameni s-au căsătorit mai mult decât o dată pentru a găsi un partener potrivit. Este posibil ca aceşti oameni, într-un mod sau altul, să fi făcut sex tantric, în cunoştinţă de cauză sau nu.

Osho Rajneesh şi-a petrecut întreaga viaţă perfecţionând metoda extazului, promovând-o în faţa altora prin circuite în jurul lumii şi prin scrierea unui mare număr de cărţi despre acest subiect. După el, nu este nici un mister mai profund, şi nici un subiect mai complex, decât sexul – în lume şi în viaţă. O persoană medie trece de-a lungul vieţii prin rutina actului

sexual, fără să ştie ce înseamnă asta. Sunt rare acele suflete care au înţeles pe deplin arta sexului, au trecut prin toată complexitatea lui, au ajuns la viaţă sexuală în naşterile anterioare şi acum sunt în poziţia să ajungă la stadiul de celibatar real. Sexul a devenit nefolositor pentru ei şi, prin celibatul complet, descoperă adevărul despre sex şi divinitate.

Osho a făcut câteva observaţii utile despre acest subiect. Actul sexual al unui om obişnuit, pretinde el, durează aproximativ un minut, şi va dori să facă din nou sex în ziua următoare. Dacă perioada actului sexual se prelungeşte la trei minute, s-ar putea să nu mai dorească sex timp de o săptămână. Dacă sexul se prelungeşte şapte minute, individul nu va avea nevoie de sex trei luni; o extindere la trei ore poate elibera o persoană pe viaţă. Un astfel de act este samadhi, care duce la mulţumire şi fericire, care durează întreaga viaţă. Actul sexual perfect duce la celibatul real. La o persoană medie, acest lucru nu se întâmplă, iar persoana îşi poartă fără satisfacţie pasiunea raportului sexual până la o vârstă înaintată. Osho sugerează respiraţia domoală. Cu cât mai repede respiri, pretinde el, cu atât mai puţin vei rezista actului sexual. O soluţie este respiraţia profundă prin *pranayama*. Practica regulată poate aduce persoana la nivelul unui sex-samadhi, care deschide uşa satisfacţiei.

Osho notează că, în timpul actului sexual, persoana trebuie să-şi concentreze atenţia asupra celui de-al treilea ochi, în zona dintre sprâncene. Durata orgasmului va fi astfel prelungită la o oră sau două, poate mai mult, şi poate fi dobândită o stare de samadhi care să ducă la celibat. Este foarte dificilă ajungerea la celibat fără o experienţă sexuală reală. Un celibat de succes în această viaţă se datorează unei uniuni sexuale profunde, fie în viaţa aceasta, fie într-una anterioară. „Dacă în timpul actului sexual un partener a avut o revelaţie absolută, chiar de atunci el este eliberat de sex pentru călătoria neterminată a vieţii."[10]

Osho ne învaţă că trebuie să trebuie să dăm un statut sacru sexului în viaţă. În timpul actului sexual, persoana este aproape de Dumnezeu; de aceea, atitudinea sa ar trebui să fie aceea a unui om care merge într-un loc sacru, un templu, o biserică sau o moschee. Dacă persoana se apropie de sex cu mintea curată şi un sentiment de adoraţie, poate obţine o frântură din sexul suprem şi ideal şi să dobândească fericirea. Conform cu Osho, sexul este o retrăire a unităţii originare. O frântură de eternitate va convinge că plăcerile senzuale sunt fără rost. El ne prezintă următoarele etape pentru a dobândi sexul spiritual:

1. Exersează respiraţia lentă pentru a rezista mai mult.
2. Păstrează-ţi atenţia pe zona dintre sprâncene.
3. Ai respect pentru Creaţie.
4. Gândeşte-te la sex când eşti vesel, plin de iubire şi rugăminţi.

Despre templele din Khajuraho, cu expunerile lor de sexualitate şi erotism, s-a spus că au fost construite de regii Chandela ai Indiei medievale. „Templele din Khajuraho reprezintă juxtapunerea dintre religie şi sex. Sculpturile erotice de pe pereţii templelor din Khajuraho au o sfinţenie religioasă şi un fundal filosofic."[11] Conform cu Dey, sculpturile simbolizează yoga (unitatea divină) prin *bhoga* (plăcerile lumeşti). Învăţatul în ale tantrei, Sir John Woodroffe, spune:

> Aspirantul este învăţat să nu se gândească că suntem una cu divinitatea doar în stare de eliberare, ci şi aici şi acum, în fiecare act pe care-l facem, pentru că, într-adevăr, orice suflet este Shakti. Este Shiva care, ca şi Shakti, acţionează prin aspirant. Când acest lucru este realizat în fiecare funcţie naturală, atunci fiecare exerciţiu încetează să mai fie un act animalic şi devine un ritual religios al yajna. Fiecare funcţie este o parte a acţiunii divine în natură.[12]

De altfel, *Brihadarnyaka Upanishada* enunţă într-un verset: „În îmbrăţişarea iubitului său, omul uită lumea întreagă – totul din interior sau din exterior, într-un mod asemănător, acela care-şi cuprinde Sinele nu mai ştie nimic din interior sau exterior."

Chiar când este înţeleasă, calea de la sex la Sine sau Dumnezeu, deşi directă şi scurtă, nu este uşoară. Când este greşit înţeleasă şi practicată incorect, tantra poate dura ani în şir sau mai mult decât o singură viaţă. Desigur, există nenumăraţi oameni care au dobândit succesul într-o singură viaţă. Aş spune că sexul combinat cu practicile yoga şi concentrarea pe zona dintre sprâncene, care prelungeşte de necrezut durata actului sexual, şi cu respect pentru Dumnezeu, pot aduce eliberarea de dependenţa sexuală pe de o parte şi realizarea Sinelui pe de altă parte – în câţiva ani sau într-o singură viaţă. Îl numesc *sexul care temperează*.[13] Totuşi, există şi alte căi, precum cea sugerată de Barbara Whitfield. Şi, desigur, există alte tehnici practicate de milenii.

Etapa completă a eliberării de sex este clar cunoscută de practicant prin vise, viziuni şi sentimente directe – de exemplu, visele despre organul sexual al unei persoane ca fiind separat de corp, ca un fruct copt care este pus deoparte în casă. Deşi persoana poate încă să dorească compania sexului opus, diferenţa este ca dintre cer şi pământ. Dorinţa poate fi pentru un interes sau pentru promovarea învăţăturilor, dar nu pentru dorinţa sexuală ca mai înainte. De fapt, dacă doar un partener este pe acest drum, celălalt partener se poate plânge de neregularitatea sexului, deoarece el sau ea încă mai au nevoie de el ca mai înainte.

Realizarea Sinelui se întâmplă fără avertisment; cineva poate fi în mijlocul actului sau făcând o activitate de rutină. Începe să audă sunetul lent, prin urechile interioare, şi vede lumina divină prin ochii interiori, observând sufletul şi manifestarea lui

Dumnezeu în multe moduri diferite. Persoana poate continua să trăiască – să mănânce, să bea, să poarte haine normale – totul la fel ca înainte, dar transformarea interioară a avut loc.

Geniile din trecut au inventat metode prin care realitatea interioară ar putea fi descrisă prin simboluri fizice exterioare, pentru înţelegerea lor de către oamenii obişnuiţi. De exemplu, cele şapte chakre, care există într-o formă abstractă pe şira spinării, au fost simbolizate ca fiind temple în munţii Himalaya, începând cu templul lui Kamakhya Devi din Assam, continuând cu templul lui Vaisnno Devi, lângă Jammu, şi terminând cu templul Amarnath din vârful Kashmir-ului. La fel, realitatea interioară a realizării lui Dumnezeu, care este dobândită după transcenderea sexului fizic în cel spiritual, este expusă în templele din Kjajuraho, unde se pot vedea scene erotice pe pereţii din exterior, şi imagini ale lui Dumnezeu în interiorul templului. Nu ar trebui ca umanitatea să aibă respect şi recunoştinţă pentru acele genii?

Întotdeauna a fost o controversă cu privire la sex după eliberare. Este adevărat că oamenii cu adevărat mari nu au trăit niciodată în promiscuitate. După unii, aceia care au ajuns la un nivel spiritual avansat şi încă apelează la sex în viaţa lor, deşi în rare ocazii, nu au ajuns încă la deplinătatea totalităţii lor; ei sunt pe drumul de a ajunge la totalitate. O altă părere, totuşi, este că dacă o persoană sfântă are o uniune fizică cu partenerul său în afara iubirii adevărate, cu pasiune şi o sănătoasă dorinţă fizică, sub nici o formă el nu trebuie considerat un slab, pierdut sau o persoană păcătoasă. După transformarea energiei, persoana trăieşte unirea dintre „Eu" şi Iubire, sau AUM; prin credinţă şi abandon persoana trăieşte sub controlul şi direcţia spiritului, renunţând la voinţa de sine. Acelaşi spirit poate uneori să aibă contact fizic cu persoana iubită, deşi cei doi pot trăi ca celibatari. La urma urmei, chiar şi sexul este o manifestare a spiritului.

Metoda Sexului

În continuare este prezentat un rezumat despre cum eliberarea spirituală poate fi dobândită prin metoda sexului. Puteţi folosi tehnicile descrise în Formula Practică 8 pentru a vă apropia de starea spirituală.

1. Este o cale naturală şi scurtă pentru realizarea Sinelui sau Dumnezeu.

2. Tehnicile tantrice transformă sexul în spiritualitate, dar predicatorii moralităţii nu au permis ca mesajul să ajungă la mase.

3. Găsim expresiile senine şi calme ale lui Buddha şi Mahavir pe feţele statuilor care reprezintă oameni goi implicaţi în actele sexuale, pe pereţii templelor din Khajuraho din India.

4. Meditaţia pe aceste imagini ale actului sexual transcende sexualitatea vulgară din interior, iar persoana devine calmă şi liniştită.

5. La intrarea în templu, se găseşte statuia liniştită a lui Shiva, absorbit în meditaţia veşnică. Acesta este secretul Tantra – obţinerea victoriei prin sexualitate duce persoana la pace şi meditaţie.

6. Procesul copulaţiei şi orgasmului elimină implicarea Eului şi aduce veşnicie, caracteristicile unui samadhi.

7. În timpul orgasmului, persoana ajunge la beatitudine şi divinitate.

8. Prin practica corectă, yoghinul separă orgasmul de ejaculare, apoi nu mai este nici o pierdere de energie şi vitalitate. Persoana trăieşte un constant orgasm mental şi dobândeşte o stare permanentă de fericire şi pace.

9. Persoana învaţă arta de a converti sexul în meditaţie.

10. În timpul orgasmului, Sinele se detaşează de forţele inferioare. La acest nivel, dacă un bărbat sau o femeie îşi transferă atenţia de la plăcerile senzuale la gândurile pentru Dumnezeu sau încep să intoneze o mantră, într-o bună zi el sau ea vor deveni conştienţi de trezirea tainică şi semnele ei asociate – lumina şi sunetul lăuntrice.

11. Conversia sexualităţii în forţă creativă spirituală este numită sublimare şi este valabilă atât pentru bărbat cât şi pentru femeie.

12. Aceiaşi energie sexuală care a adus persoana de la o stare spirituală la corpul fizic o poate duce înapoi la starea primordială divină a totalităţii prin sublimare.

13. Pentru alchimişti, energia sexuală este cheia secretă pentru piatra filozofală.

14. Sublimarea este cel mai bine dobândită prin practica regulată a yoga, care este o cale scurtă şi sănătoasă către Dumnezeu.

15. Ridicarea energiei Kundalini este semnul sublimării.

16. Energia sexuală singură poate elibera persoana de sine însăşi, apoi aceasta devine un celibatar neprefăcut.

17. Când persoana stăpâneşte arta sublimării, se naşte conştiinţa de sine printre impulsurile animalice, în obscuritatea inconştientului.

18. Se poate dobândi eliberarea din ciclul morţii şi renaşterii.

Comparată cu alte metode, metoda sexului este poate cel mai rapid mod de a realiza Sinele. Şmecheria constă în convertirea sexualităţii „umane" în sexualitate „divină", sau spiritualitate. Sunt sugerate următoarele etape pentru a atinge acest obiectiv:

FORMULA PRACTICĂ 8:
SEXUL SPIRITUAL

1. Prin practica regulată a disciplinelor yoga, dobândeşte puterea de a reţine ejacularea şi produce un act sexual prelungit.

2. Intonarea mantrei „Kling Kling Kling Kamdevaya Namaha" între 30 şi 60 minute, în fiecare zi, aduce puterea de a reţine sperma.

3. Persoana ar trebui să realizeze actul sexual într-o stare de bună dispoziţie, iubire şi veneraţie pentru Creator.

4. Odată ce penetrarea este realizată, reduceţi mişcările cât de mult posibil.

5. Mişcările actului sexual ar trebui făcute din când în când, doar pentru a menţine erecţia.

6. Exersează respiraţia lentă, pentru a prelungi durata actului sexual.

7. Menţineţi-vă atenţia în zona de mijloc dintre sprâncene.

8. Amintiţi-vă de Dumnezeu într-o formă sau mod care vă este mai liniştitor.

9. La momentul ejaculării, gândeşte că-ţi oferi sperma pentru un scop sacru.

10. Când vine momentul potrivit, conştiinţa de Sine se va naşte brusc şi neaşteptat.

11. Vei fi martorul unei lumini lăuntrice şi vei auzi o voce din interior.

12. Când acestea se întâmplă, obiectivul eliberării este realizat.

CAPITOLUL 23

ALTE METODE

Diferitele metode descrise în acest capitol nu au puteri egale de a produce rezultate. Metodele vedice, de exemplu, sunt foarte puternice şi au capacitatea să ducă aspirantul în starea finală a eliberării şi realizării Sinelui. Pe de altă parte, experienţele de moarte clinică şi metodele descrise în capitolul 20 iniţiază persoana pe drumul eliberării arătându-i un fragment de realitate dincolo de planul fizic. Individul este apoi însufleţit să adopte o disciplină mai riguroasă, precum metafizica sau meditaţia, pentru a-şi completa traseul spiritual.

Persoana poate descoperi că i se potriveşte mai mult de o metodă. Acesta este cazul cel mai des întâlnit. Pentru a încuraja progresul este bine să combini şi să sincronizezi cât de multe metode poţi, fără însă a face confuzii. Majoritatea metodelor nu sunt exclusive şi pot fi practicate simultan. Există de asemenea şi alte căi, inclusiv muzica, dansul sau practicarea ritualurilor religioase. Lasă-ţi inima să te ghideze pe drumul conştiinţei superioare. Poate că nu vei fi condus pe drumul pe care doreşti să mergi, dar întotdeauna vei fi condus pe drumul pe care este bine să mergi.

Metoda rugăciunii

Rugăciunea este o cale de a ne deschide spre conştiinţa superioară. Rezultatele rugăciunii pot diferi de la trecerea unui examen la experienţa directă a lui Dumnezeu, depinzând de intenţia persoanei şi de intensitatea rugăciunii. Pot apare viziunile care deschid porţile către conştiinţa superioară sau cosmică, în special acelora care sunt mai avansaţi.

Intensitatea emoţiei este foarte mare în timpul momentelor de supărare, bucurie, teamă, veneraţie şi pierdere. În astfel de momente, o rugăciune sau o cerere sinceră adresate lui Dumnezeu sunt întotdeauna ascultate. Persoana se simte conectată la o putere, primeşte mesaje, se simte în siguranţă, şi poate descoperi o realitate paşnică dincolo de planul fizic.

De la începuturile timpului, toate religiile au promovat rugăciunea. Dar toate rugăciunile sunt ele la fel sau anumite rugăciuni vor aduce rezultate diferite? Majoritatea religiilor ne învaţă legea cauzei şi efectului – vom culege ceea ce semănăm; ceea ce trimitem din noi este ceea ce vom recepţiona. Rugăciunea poate fi cel mai puternic simbol al legii cosmice. Urmând acest adevăr, indiferent ce gânduri pleacă de la mine (credinţele mele, conştiente sau inconştiente), acestea vor crea un efect care se va întoarce la mine. Asta înseamnă că ceea ce trăiesc, ca fiind realitatea mea, este rezultatul a ccea ce am transmis în afară. Credinţele mele, temerile şi dorinţele sunt de asemenea trimise în afară ca rugăciuni. Modul în care se poate răspunde rugăciunii mele şi cum se răspunde fiecărei rugăciuni va depinde de ceea ce cred în acel moment. Doresc să fiu atât de conştient, pe cât doresc ca dorinţa să se îndeplinească, deoarece la aceasta dorinţă se va răspunde. Rugăciunea îmi poate aminti de conexiunea mea constantă cu Dumnezeu sau pot trăi separarea simţind că Dumnezeu nu mi-a ascultat

rugăciunea, sau nu mi-a răspuns la rugăciune în modul pe care îl doresc. Există o veche zicală: rugăciunea este vorbirea către Dumnezeu a ceea ce îţi doreşti, iar meditaţia este ascultarea a ceea ce Dumnezeu vrea de la tine.

Pentru a ajunge la maximul a ceea ce rugăciunea poate face, să luăm în considerare următorul eveniment care a avut loc în India antică. Era un băiat dintr-o familie sărmană, care dorea să meargă la şcoală, în oraşul învecinat. El s-a plâns mamei sale că toţi ceilalţi copii au un paznic care-i escortează pe drumul dus şi întors în fiecare zi. În acea seară a avut loc o petrecere la şcoală şi băiatului i-a fost frică să meargă noaptea prin junglă. A rugat-o pe mama sa să-i găsească un însoţitor. Inutil să mai spunem, mama nu a putut să-i găsească un însoţitor, deoarece erau săraci. Fiind o mamă iubitoare şi înţeleaptă, ea i-a spus băiatului că fratele său adevărat Kanhaiya (un sinonim al lui Krishna) trăia în porţiunea de junglă pe care el trebuia să o traverseze şi că, ori de câte ori va simţi frica, îl va putea striga pe Kanhaiya sincer şi tare iar acesta va veni imediat. Băiatul şi-a crezut pe deplin mama şi în acea seară l-a strigat pe Kanhaiya în timp ce mergea spre şcoală. Şi ce să vezi? Era Kanhaiya, îmbrăcat în hainele tradiţionale ale vremii, ţinând un fluier într-o mână. Copilul l-a luat pe de degete şi a fost adus la şcoală în siguranţă. Având nevoie de un cadou pentru petrecere, copilul l-a rugat pe Kanhaiya să-i dea un pahar de lapte, pentru contribuţia lui la petrecere. Kanhaiya i-a dat unul.

Copilul a ajuns la şcoală fericit şi a dat paharul cu lapte persoanei de la bucătărie. Pe când copilul se distra la petrecere cu prietenii săi, directorul şcolii a venit în fugă la băiat şi l-a întrebat despre paharul cu lapte. El a vrut să ştie cine i l-a dat. Paharul se umplea singur; indiferent de câte ori scurgeau laptele din el, laptele nu se termina. Băiatul le-a spus tuturor despre Kanhaiya şi că urma să-l ducă înapoi acasă la sfârşitul petrecerii.

Toată lumea a aşteptat, dar când Kanhaiya a venit să-l escorteze pe băiat, doar el l-a putut vedea. Băiatul zâmbea şi a descris hainele pe care Kanhaiya le purta, fluierul pe care-l ducea şi pana de păun pe care o avea prinsă în păr. Dar nimeni nu l-a putut vedea pe Kanhaiya, în ciuda eforturilor pe care le-au făcut. Când a ajuns acasă, băiatul i-a spus mamei sale totul. Ea a înţeles ce s-a întâmplat şi i-a mulţumit din inimă lui Krishna. Chiar dacă ea nu-l vedea, credea în el. El este vizibil celor puri, inocenţi şi devotaţi. Mulţi oameni inteligenţi cu diplome universitare şi avere, nu au avut încredere în adevărul acestui eveniment, în timp ce alţii l-au crezut în întregime. Mă refer de asemenea la cartea *From Sweeper to Saint*, scrisă de Baba Haridass, care conţine zece astfel de cazuri reale din India.[1] Baba Haridass este în prezent yoghin la centrul de yoga Mount Madonna, de lângă Santa Cruz, în California.

Există dovezi că rugăciunile adresate lui Dumnezeu în timpuri de necaz şi cu sinceritate din inimă sunt ascultate şi primesc răspunsuri în moduri care sunt observabile. Calea este deja dată; doar dorinţele noastre ne împiedică să o vedem. Având în minte cel mai înalt obiectiv, acela de a obţine eliberarea din falsitate şi din ciclul morţii şi renaşterii, persoana trebuie să se roage şi să ceară ajutor pentru a vedea calea. Acest lucru trebuie să fie făcut de un număr de ori, timp de câteva minute în fiecare zi, în special înainte să mergem noaptea la culcare. Cineva poate începe să perceapă direcţii în vise şi viziuni, alţii vor primi îndrumare prin cărţi şi scrieri. Universul este programat să răspundă tuturor întrebărilor.

Eliberarea de alegere

Elibererea de alegeri este starea fiinţei pe care „Krishna o numeşte Moksha, Iisus o numeşte Împărăţia lui Dumnezeu,

Buddha o numeşte Shunyata (Vid), pe care J. Krishnamurti o numeşte Conştiinţa fără alegere, trezirea Inteligenţei."[2] După Krishnamurti, doar în stare de echilibru sufletesc lacul liniştit al conştiinţei noastre reflectă măreţia universului nostru, conştient. Situaţia poate fi înţeleasă printr-o poveste sufistă.

Erau doi prieteni, din care unul avea mereu o sănătate bună, în timp ce celălalt devenea din ce în ce mai slab. În final, prietenul mai slab a ajuns pe patul de moarte. Cel sănătos îşi mânca mâncarea dintr-un singur castron, indiferent de amestecul aromelor din diferitele ingrediente. Celălalt mânca mâncarea dulce dintr-un castron şi mâncarea amară dintr-altul. Pe patul de moarte, prietenul slab l-a rugat pe prietenul sănătos să-i spună secretul sănătăţii sale înfloritoare. Acesta i-a răspuns că doar îşi mânca mâncarea dintr-un singur castron, fără a face distincţie dintre aromele dulci şi amare. Pentru prima dată atunci, prietenul mai slab a mâncat întreaga mâncare dintr-un singur castron şi, imediat, s-a simţit un pic mai bine. A început să mănânce doar în acest mod şi, spre uimirea tuturor, în curând şi-a recăpătat sănătatea şi a început să aibă o viaţă sănătoasă.

Această poveste ne învaţă că adevărul este unul, dincolo de toate dualităţile, precum cea dintre rău şi bine. Totalitatea şi diviziunile sale – ca asocierile noastre cu privire la rasă, religie, sectă, partid politic sau sex – este dezintegratoare şi are ca rezultat plăceri şi neplăceri care se luptă între ele. Această identificare cu elemente separate permite Sinelui fenomenal să devină stăpân şi adevăratul Sine unificator să fie suprimat. Preferinţele crează diziuni; diviziunile crează alegeri; alegerile duc la conflict. O minte confuză face o distincţie între *acesta* şi *acela*. O minte clară mănâncă totul din acelaşi castron şi, din seninătate, nu generează sforţări şi lucruri care au rezolvări dificile. Atâta timp cât eşti calm, Sinele este realizat.

Aşa cum ştim, echilibrul sufletesc este rezultatul realizării Sinelui. Inversul este de asemenea adevărat – aşa este, prin

cultivarea echilibrului sufletesc în viaţă, ajungem la realizarea Sinelui. Dezvoltându-ne obiceiul „nealegerii", ajungem la seninătate. Aceasta înseamnă să ne facem un obicei să fim mulţumiţi şi fericiţi indiferent de situaţie. Este drumul către conştiinţa superioară.

Karma necredincioşilor

Karma necredincioşilor este o altă cale de a ajunge la conştiinţa superioară, o metodă susţinută de jainişti, cel de-al şaselea grup religios din India (după hinduşi, musulmani, creştini, sikhs şi budişti). În această religie ateistă, fără un Dumnezeu personal drept creator-controlor-distrugător al universului, nu există nici o instituţie care să recompenseze favorurile şi să împartă pedepsele. Doctrina karmei implică un mecanism care funcţionează automat. Ea impune supremaţia legii morale. Rugăciunile şi adorările nu sunt de nici un folos împotriva forţei karmei.[3]

Indiferent dacă trăieşti ca un călugăr sau ca un casnic, o individualitate echilibrată poate fi cultivată prin transcederea pasiunilor precum *krodha* (furia), *maana* (mândria), *maya* (iluzia), şi *lobha* (lăcomia). Renunţarea consistă în înţelegerea iluziei iubirii şi urii. Dincolo de *dukha* (mizerie, durere sau suferinţă) şi *sukha* (confort, fericire) este Nirvana sau moksha (fericirea eternă, emanciparea), care este adevărata fericire şi scopul final al lui Atman (sufletului). Adevărata fericire rezultă din sfârşitul creării legăturilor karmice, prin cultivarea unui comportament corect (*samyak-charitra*), care se fundamentează pe credinţa corectă (*samyak-darshana*) şi cunoaşterea corectă (*samyak-jnana*). Disciplina etică (*achar dharma*) este prescrisă pentru comunitatea formată din *sadhu* (călugări), *sadhvi* (călugăriţe), *sravaka* (laici-bărbaţi) şi *sravika* (laici-femei). Cele cinci jurăminte pe care discipolul le face şi le urmează riguros sunt: *Pranatipata*

viramana (încetarea uciderii), *Mirsavada viramana* (încetarea de mai spune minciuni), *Adattadana viramana* (a nu mai accepta favorurile nepotrivite), *Maithuna viramana* (încetarea sexului), şi *Parigraha parimana* (fixarea mărimii achiziţiilor).

Meditaţie

Meditaţia merită un paragraf separat, datorită importanţei sale copleşitoare în lume. Dar sunt multe moduri în care meditaţia poate fi folosită şi diferitele sisteme de realizarea a Sinelui adoptă tehnici diferite. De exemplu, în Zen, ca şi în Vipassana, atenţia este pe respiraţie – cel care meditează priveşte pasiv expiraţiile şi inspiraţiile, până când el sau ea devine respiraţia însăşi. Un flux mental relaxat este stabilit atunci când nimeni nu respiră şi nimeni nu priveşte. De aceea, yoga Kundalini îşi are propria metodă de meditaţie, pe care o vom descrie în detaliu în partea a cincea a cărţii.

La un prim nivel, o varietate de tehnici de meditaţie sunt folosite pentru a dezvolta conştiinţa, care este distrasă de lumea noastră contemporană agitată. Există profesionişti care folosesc meditaţia ca un mijloc de a gestiona stresul, pentru a-şi creşte capacitatea de a munci susţinut sau de a menţine o sănătate generală bună. În stare de concentrare se obţine un sentiment de libertate faţă de frustrări şi griji.

La alt nivel, meditaţia devine arta „de a privi în interior", care duce la conştiinţa cosmică şi autorealizare. Buddha a devenit sinonim cu meditaţia de-a lungul ultimelor 25 de secole. El a obţinut victorii succesive fiind născut, obţinând iluminarea şi trecând dincolo în aceeaşi zi – după calculele tibetane, întotdeauna când este lună plină în iunie sau în 11 mai, după calendarul occidental. Buddha a folosit două cuvinte care sunt relevante în contextul modern al dezvoltării unilaterale: vedere

şi înţelegere. „Vederea cu discernământ este înţelepciune. Este legătura care conectează viaţa unei persoane cu adevărul ultim. Buddha spune că mijlocul principal, dacă nu singurul, de a primi înţelegerea este prin meditaţie."[4]

Dr. A. Kasamatsu şi dr. Hirai au condus un experiment cu maeştrii Zen şi elevii lor în anii 1960. În timpul meditaţiilor a fost descoperită o preponderenţă a undelor alfa, plus câteva unde theta. „Undele alfa au o frecvenţă de 8-13 cicli pe secundă şi sunt în legătură cu o stare mentală relaxată, dar alertă. Undele theta au un ritm mai lent, de 4-8 cicli pe secundă, şi sunt în general în legătură cu o stare de somnolenţă, intuiţie, creativitate, şi ciclul somnului cu vise."[5] De altfel, o descreştere în ritmul respiraţiei, un puls mai lent, o presiune a sângelui mai mică şi o reducere a nevoii de oxigen au fost câteva dintre efectele meditaţiei descoperite de cercetători la universităţile din Harvard şi California.

Este recomandată practicarea regulată şi sistematică a meditaţiei timp de 20 sau 30 minute, de câte două ori pe zi. Experienţele de extracorporalizare, în care persoana îşi vede trupul dintr-un punct exterior avantajos, pot oferi un sentiment de expansiune cu universul, viziunea galaxiilor şi stelelor, şi viziunea unor scrieri în ebraică, latină sau sanscrită. Barbara Harris Whitfield obişnuia să-şi audă propriul râs reprimat, iar sunetul părea să reverbereze pe tot cuprinsul universului. Personal recomand să selectaţi şi să studiaţi un mod de a medita care vă este potrivit.

Meditaţia sub îndrumare

Meditaţia sub îndrumare sau gândirea creativă este de asemenea folosită pentru a obţine o stare de conştiinţă superioară.

Ca un exemplu, imaginaţi-vă că staţi într-o peşteră întunecată, legat de lanţuri care vă împiedică să vă mişcaţi. Simţiţi o rază de lumină care vine de undeva şi deodată străluceşte peste voi. Cu această rază de lumină, primeşti puterea de a te ridica şi a merge spre ieşirea din peşteră; încet, păşeşti în afara peşterii. Descoperi lumina peste tot şi eşti plin de energie. Unul câte unul, lanţurile cad şi eşti liber. Deodată îţi ridici mâinile şi îţi agiţi întregul corp cu mare putere. Exclami cu bucurie şi fericire: „Sunt liber; nimic nu mă poate lega acum şi pot să fac orice doresc."

Ca un alt exerciţiu, imaginează-ţi o statuie mare care stă picior peste picior în faţa ta. Priveşti-o în faţă; vei descoperi că eşti tu. Acum imaginează-ţi pe gurul personal care apare cu o lopată. El încearcă să mute statuia cu mâinile goale, dar nu poate deoarece tu eşti puternic prins de pământ. Atunci el pune lopata între corpul tău şi pământ şi aplică presiune pentru a te ridica. Nu reuşeşte. Acum prietenul gurului tău apare cu o altă lopată şi aplică presiunea din cealaltă parte în acelaşi timp. Ambii tot încearcă, dar tu eşti atât de bine prins de pământ, că nu reuşesc să te desprindă de el.

După ce se odihnesc, cei doi guru încearcă din nou să ridice statuia de la pământ şi, cu mari eforturi, reuşesc. Precum doi hamali, ei ridică statuia şi o pun pe umerii lor. Ambii zâmbesc acum şi tu observi că şi tu zâmbeşti de asemenea. Încet, ei duc statuia la o platformă ridicată şi o pun acolo. Statuia revine la viaţă, se ridică, îşi ridică ambele mâini la cer cu o faţă zâmbitoare. Cu practică regulată de aproximativ o oră pe zi, este probabil să descoperi cum conştiinţa ta evoluează în direcţia care trebuie. Această meditaţie este de ajutor pentru realizarea Sinelui.

Zen, artele marţiale şi pelerinajul

Zen poate fi numită tehnica secretă specifică Orientului, dusă în India de către budiştii indieni în secolul al VI-lea şi din China în Japonia în jurul secolului al XII-lea. Zen a fost descrisă ca „o învăţătură specială, fără scripturi, dincolo de cuvinte şi litere, care subliniază raţionalismul din om, care poate vedea direct în interiorul unei persoane şi prin care se poate atinge iluminarea".[7]

Artele marţiale sunt mai mult decât mijloace de autoapărare sau luptă. Kaicho Tadashi Nakamura, maestru şi fondator al organizaţiei World Seido Karate spune: „Stilul karate Seido este un mod de viaţă. Dezvoltă fiinţa în plan spiritual, dar şi în cel fizic." Artele marţiale necesită un înalt grad de angajare, dedicaţie şi autodisciplină. „Practicarea artelor marţiale de asemenea permite persoanei să fie calmă în situaţii de criză, aşa cum trebuie să fie un conducător. Folosirea zilnică a tehnicilor îmbunătăţeşte concentrarea prin practica meditaţiei Zen."[8]

Pelerinajul, sau Haj, este considerat cea mai înaltă formă de veneraţie islamică. Ritualurile pelerinajului sunt numite *shaair* (obiecte simbolice) în Coran. Pelerinajul reprezintă în mod simbolic viaţa lui Abraham şi a descendenţilor săi. Diferitele stagii ale planului divin se repetă în mod simbolic în ritualurile pelerinajului, făcând pelerinul să se identifice cu tradiţia lui Abraham şi a descendenţilor săi.[9] Probabil că, pentru ei, aceasta este calea care deschide uşa conştiinţei superioare.

Un pelerin îşi lasă casa şi porneşte către pământul sfânt, Mecca, pentru a comemora plecarea lui Abraham din ţinuturile sale natale din Iran pentru Hijaz; el îşi schimbă hainele făcute la comandă pentru două pături, comparabile cu hainele simple purtate în zilele lui Abraham şi Ismael. La sosirea la Mecca, pelerinul merge în jurul casei lui Dumnezeu pentru a

comemora mersul lui Abraham şi Ismael în jurul aceleiaşi case pentru a celebra legamântul pe care l-a făcut maestrului său. Apoi pelerinul înconjoară de şapte ori dealurile Safa şi Marwa, în memoria soţiei lui Abraham, Hajra, care a rătăcit între aceste două dealuri în căutarea apei. Acest ritual este numit *Saee*. Abraham a făcut acest ritual fiind prima dată pregătit să-şi sacrifice propriul fiu, apoi a finalizat sacrificiul prin uciderea unui berbec, la dorinţa lui Dumnezeu. Pelerinul apoi înfruntă diavolul la Jamarat. De-a lungul pelerinajului, pelerinul pronunţă neîncetat cuvintele „Doamne, sunt în slujba ta". Călătoria sfântă se termină la adunarea pelerinilor de pe platoul Arafat. La sfârşitul acestui ritual religios, pelerinul se angajează în faţa lui Dumnezeu să-şi trăiască viaţa în spiritul lui Haj.

Singurătatea

Pitagora ne-a învăţat că parcurgerea unor căi nebătute, sau izolarea, reprezintă o modalitate de autocunoaştere. Capacitatea de a fi singur este o măsură a maturităţii emoţionale. „Capacitatea de a fi singur devine astfel o legătură cu autocunoaşterea şi împlinirea de sine; cu conştientizarea celor mai profunde nevoi, sentimente şi impulsuri".[10] Cu cuvintele lui Edward Gibbon: „Conversaţia îmbogăţeşte înţelegerea, dar singurătatea este şcoala geniilor; iar uniformitatea muncii arată mâna unui singur artist".[11]

Se pare că în natură există doi poli opuşi. Viaţa unei persoane normale sau medii se învârte în jurul axului relaţiilor personale. Principala, dacă nu singura sursă de fericire a omului, par să fie relaţiile personale de natură intimă, în special pentru aceia care au parte de împlinire sexuală. Nu mai puţin

adevărat, modul de viaţă al unui individ creator pare să fie contrarul acestei presupuneri. Conform lui Storr:

> Mulţi dintre marii gânditori ai lumii nu şi-au întemeiat familii şi nu şi-au format relaţii personale apropiate. Acest lucru este valabil pentru Descartes, Newton, Locke, Pascal, Spinoza, Kant, Leibnitz, Schopenhauer, Nietzche, Kierkegaard şi Wittgenstein. Unii dintre aceşti oameni de geniu au avut legături trecătoare cu alţi bărbaţi sau femei; alţii, precum Newton, au rămas celibatari. Dar niciunul dintre ei nu s-a căsătorit şi majoritatea au trăit singuri cea mai mare parte a vieţii lor.[12]

Conform lui Graham Wallas, un mod de reordonare a proceselor are loc în creier în timpul creaţiei, pe care el îl numeşte incubaţie. O persoană creativă îşi dezvoltă interesul pentru un subiect oarecare, obţine materialele necesare şi studiază tot ce este posibil legat de acest subiect. El numeşte această primă etapă pregătire. După un timp, materialul acumulat atinge un nivel critic şi ceva de neînţeles se întâmplă în timpul perioadei de incubaţie, care formează preludiul următorului nivel, iluminarea. În aceste trei etape – pregătire, incubaţie, iluminare – persoana creativă obţine o nouă înţelegere şi găseşte o soluţie la problemă, sau poate rearanja materialul acumulat pentru a-l organiza sub criteriul unui principiu unic.

Marii lideri spirituali şi religioşi au demonstrat că singurătatea dezvoltă înţelegerea şi schimbarea interioară; ei se retrag din lume şi, după iluminare, se întorc să-şi împărtăşească revelaţia cu ceilalţi. Buddha a reflectat asupra condiţiei umane şi a meditat departe de lume, sub copacul Bodhisattva între trei şi şapte ani, care au culminat cu iluminarea sa. Conform cu calculele Sfinţilor Matei şi Luca, Iisus Hristos a petrecut 40 de zile în pustietate şi apoi s-a întors în lume

pentru a ne oferi mesajul său. Mohammed obişnuia să se retragă din lume în fiecare an în peştera Hera, în timpul lunii Ramadanului. Anthony Storr a observat că Sfânta Caterina din Siena a petrecut trei ani în izolare, în mica sa cameră din Via Benincasa, în timpul căreia a parcurs o serie de experienţe mistice, înainte să se reîntoarcă la viaţa activă a învăţăturii şi propovăduirii.

Anthony Storr a strâns informaţii care arată că mulţi filozofi şi scriitori celebrii şi-au scris cele mai bune lucrări în singurătate. Filozoful roman Boethius a fost încarcerat în Pavia de către regele ostrogot Theodoric. El a fost torturat şi omorât în anul 525 d.H. În timp ce era închis, Boethius a alcătuit *De consolatione philosophie*, pentru care el încă mai este amintit şi astăzi. Sir Thomas More, cancelarul regelui Henry al VIII-lea, în anul 1529 a fost închis în Turnul Londrei, după care a fost judecat şi executat în anul 1535. În timpul ce era încarcerat, el a scris o capodoperă a înţelepciunii creştine numită *A dialogue of Confort against Tribulation*.

Sir Walter Raleigh a fost întemniţat în Turnul Londrei şi, după proces, în anul 1618, a fost executat. În timp ce era întemniţat, el a scris faimoasa sa lucrare *The History of the World*. John Bunyan a fost condamnat de către judecătoria ţinutului Bedford din Anglia la închisoare între anii 1661-1672. În timpul celor unsprezece ani de închisoare în condiţii liberale, el a scris biografia sa spirituală, *Grace Abounding*, publicată în 1666. De asemenea, o parte considerabilă a lucrării *The Pilgrims Progress* a fost compusă în timpul aceleiaşi perioade. Dostoievski a petrecut patru ani într-un lagăr de prizonieri, după arestarea sa în anul 1849. În timpul acestei perioade, amintirile sale reprimate au fost lăsate libere şi el s-a eliberat de blocajele psihice şi fixaţiile morbide. Deşi niciodată nu era singur în închisoare, emoţional era izolat şi lipsea compania, ceea ce i-a întors atenţia spre interior şi şi-a

convertit preocuparea pentru ţărănime în credinţă mistică. Deoarece creionul şi hitia erau interzise, el scria în carneţelul său, din care a rezultat cartea *Amintiri din casa morţilor*, în care descrie experienţele sale în lagăr.

Imaginaţia perversă a marchizului de Sade a înflorit în captivitate; în cele din urmă el a murit în anul 1814, în timp ce era închis în azilul de la Charenton. Lucrările sale faimoase *Justine* şi *Journées de Sodome* au fost scrise în fortăreaţa Vincennes şi la Bastilia. Adolf Hitler i-a dictat cartea *Mein Kampf* lui Rudolf Hess, în timp ce era în închisoare pentru nouă luni, după eşecul puciului din Munchen. Cu cuvintele sale: „Fără întemniţarea mea, *Mein Kampf* nu ar fi fost scrisă niciodată. Acea perioadă mi-a oferit şansa de a aprofunda diferite noţiuni pentru care atunci aveam doar sentimente instinctive".[13]

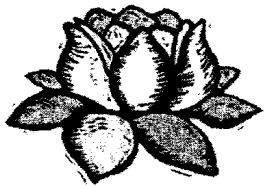
Anthony Grey, în China, şi Arthut Koestler, în Spania, au fost izolaţi; experienţele lor au fost televizate şi Koestler şi-a publicat transcrierile emisiunilor în revista *Kaleidoscope*. Ambii bărbaţi au admis că singurătatea le-a declanşat sentimente de simpatie pentru camarazii lor şi că s-au regăsit în contact cu o dimensiune superioară a realităţii. Ei au simţit existenţa abstractă a cuiva/ceva care nu poate fi definit sau exprimat. Anthony Grey şi-a descoperit un nou nivel al conştiinţei, şi Koestler a obţinut un sentiment de libertate interioară în care el s-a confruntat cu realităţile fundamentale. Când lui Anthony Grey un prieten chinez i-a arătat o imagine cu o floare de lotus care creşte în noroi, acesta a simţit că o frântură din rai poate fi de asemenea găsită în iad. Este aici momentul să amintim că Jawahar Lal Nehru, primul ministru al Indiei, a scris *The Discovery of India* în timp ce era în închisoare, iar Sri Aurobindo a studiat Bhagavad Gita în închisoare, unde în timpul meditaţiilor a avut viziuni repetate ale lui Krishna.

Îmi amintesc evenimente din viaţă când în mod repetat am fost aruncat în singurătate de o anumită circumstanţă a vieţii. Când aveam mai puţin de un an, mama mea a plecat pentru studii în alt oraş şi am fost lăsat în grija bunicii mele. Am plâns la separarea de mama. Întreaga mea educaţie, de la creşă la facultate, s-a realizat departe de familia mea, şi obişnuiam să plâng în singurătate. Ajungând la viaţa profesională, am fost din diferite motive, în majoritatea timpului, departe de soţia mea şi ceilalţi membrii al familiei, şi adeseori am fost deprimat. Am muncit în opt ţări şi am trăit aproape de unul singur; în suferinţa singurătăţii mele, mă simţeam ca şi cum îmi loveam capul de perete. Totuşi, în ultimii ani de singurătate, obişnuiam să meditez şi să citesc în mod serios cărţi sfinte, şi am obţinut experienţe spirituale. În timpul acestei singurătăţi am fost ajutat de realizarea Sinelui şi scrierea unor articole şi cărţi. Până pe la 40 de ani, obişnuiam să acuz singurătatea de suferinţa mea; mai târziu doar mă rugam pentru a o curma. Poate că în singurătate Sinele profund creşte pentru a deveni Sinele etern.

Creşterea Sinelui a fost bine studiată în singurătate. Ocazional ar trebui să petrecem ceva timp singuri şi să realizăm activităţile spirituale pe care le alegem – zilele, săptămânile, lunile sau ani în care trăim de unii singuri depind de diferiţi factori. Adevărul poate să coboare pe neaşteptate sub forma unor strafulgerări de cunoaştere intuitivă.

PARTEA A CINCEA

Explorarea realităţii prin Kundalini



CAPITOLUL 24

SECRETELE TREZIRII KUNDALINI

Istoria a consemnat realitatea, misterul şi importanţa Kundalini. Kumar ne spune că:

> Anumiţi oameni scriu proză sau poezie care inspiră, iar alţii compun muzică frumoasă, în timp ce alţii nu pot; unii studenţi obţin o înaltă recunoaştere cu puţin efort, în timp ce alţii, în ciuda lungilor ore de studiu, obţin rezultate modeste; unii se luptă pe câmpul de bătălie timp de zile în şir, în timp ce alţii nu-şi pot realiza nici măcar munca lor obişnuită; unii sunt cunoscuţi pentru descoperiri importante şi invenţii, în timp ce alţii trăiesc vieţi mediocre şi mor neobservaţi.[1]

De-a lungul timpului s-a descoperit că există o formă specială de energie în fiecare individ. La majoritatea, energia Kundalini este latentă; la alţii evoluează lent; în timp ce la câţiva este pe deplin trezită. Este o energie de o infinită

capacitate, nu are formă sau dimensiune şi, în consecinţă, a fost identificată ca având multe forme diferite, sub multe nume, şi în diferite tradiţii din lume. Probabil că hinduismul are cele mai vechi înregistrări care denumesc această energie Kundalini şi o descriu în diferite forme pentru înţelegerea oamenilor simpli. Printre toate metodele disponibile pentru deschiderea porţilor conştiinţei superioare, metoda trezirii Kundalini este cea mai demnă de încredere, ducând practicantul la realizarea Sinelui sau a lui Dumnezeu şi chiar mai departe.

Pentru a trezi Kundalini, prima dată doreşte-ţi să înţelegi secretul trezirii, pe urmă găseşte cea mai bună metodă care ţi se potriveşte. De unde provine această aprindere a unei energii neobişnuite? Provine din depozitul de energie cosmică infinită; totuşi, evenimentul trezirii are loc doar în anumite circumstanţe. Deci secretul stă în crearea acestor circumstanţe într-un mod sigur şi progresiv, eventual pentru a trezi Kundalini pentru totdeauna.

Există două moduri de a crea aceste circumstanţe neobişnuite: prin *shaktipat* (recepţia unei transmisii directe de energie printr-un guru sau un suflet împlinit care are Kundalini trezit) şi prin perseverenţă. Deşi shaktipat pare să fie cea mai uşoară cale şi mulţi vor fi tentaţi de ea, are totuşi dificultăţi şi limitări. O dificultate este în găsirea unui guru autentic. Uneori oamenii s-au aruncat în mâinile unor rataţi şi şi-au risipit perioade mari din viaţă pentru a obţine rezultate nedorite. Este rar un guru autentic care are un Sine realizat. Mai mult, este util să ne pregătim prin autodisciplină şi studiu autodidact, pentru a primi transmisia directă a energiei. Ori de câte ori o persoană este pregătită pentru a primi această transmisie de energie, guru apare natural la momentul potrivit. Vechiul proverb „Când studentul este gata, profesorul apare" este adevărat.

Efecte de lungă durată se obţin mai degrabă prin efort propriu, decât printr-un shaktipat. Ceea ce se întâmplă în

interiorul nostru este cel mai important, de bază şi fundamental; este singura avere reală a individului. Faimosul lider spiritual Osho Rajneesh a observat că: „Shaktipat nu va aduce un plus la averea ta spirituală, dar cu siguranţă îi va spori capacitatea de a creşte. Efectul shaktipat este indirect şi de aceea are nevoie de timp."[2]

Trezirea Kundalini este ca un flash care luminează o frântură din drumul care este înainte, arată templul sau destinaţia călătoriei. Dar o dată nu este suficient; este nevoie de a doua şi a treia oară. Se poate ajunge la destinaţie fără shaktipat, deşi poate dura mai mult timp. Totuşi, persoana îşi va atinge cu siguranţă obiectivul. În timp ce shaktipat este într-adevăr folositor, trebuie să te pregăteşti cu înţelepciune şi să fii gata să primeşti transmisia directă de la guru. Guru din interior sau exterior sunt la acelaşi nivel al conştiinţei. Pregătindu-te şi primind atenţia unui guru din interior, stabileşti legătura prin care atragi un guru exterior. La urma urmei, shaktipat poate fi cerut şi primit prin prezenţa divină însăşi. În orice caz, sursa trezirii Kundalini stă întotdeauna în eforturile personale.

Două fundamente ale religiei au evoluat de-a lungul lumii – una bazată pe meditaţie şi alta bazată pe rugăciune. Prin rugăciune, persoana îl trăieşte pe Dumnezeu de deasupra, din ceruri. Prin meditaţie, persoana îşi ridică conştiinţa din interior, simţind ceva latent în rădăcinile noastre. Acest concept al celui care este deasupra şi dedesubt generează experienţele rugăciunii şi meditaţiei. Încă o dată, cuvintele lui Osho ne pot arăta calea:

> ... treptat, treptat, religiile rugăciunii au pierdut terenul şi au murit. Nu există nici un viitor pentru ele; ele nu au un viitor sub nici o formă. Iar religiile meditaţiei cresc zilnic în potenţialitate şi au un viitor enorm înaintea lor.[3]

Am arătat că majoritatea religiilor folosesc practici similare cu yoga şi meditaţia sub nume diferite, iar energia Kundalini a fost fundamentală pentru aproape toate credinţele, fiind numitorul comun pentru a deschide poarta către conştiinţa superioară.[4] Dificultatea este că fiecare şcoală nu este conştientă că altele fac acelaşi lucru, fiecare în modul său.[5]

Astfel, yoga şi meditaţia reprezintă adevărata înţelepciune înnăscută, pentru a genera circumstanţele neobişnuite, necesare pentru a trezi energia infinită numită Kundalini. Calea Integrală, un nume dat de mine unei combinaţii ştiinţifice a tuturor metodelor yoghine, este propusă aici ca fiind „cea mai scurtă cale" pentru a trezi energia Kundalini.

Calea Integrală

Metodele vedice descrise în partea a patra au trei ramificaţii principale: *bhakti yoga* (calea evlaviei, potrivită pentru oamenii a căror inimă le domină mintea), *jnana yoga* (calea înţelepciunii, potrivită pentru oamenii ca căror minte le domină inima), şi *karma yoga* (calea acţiunii prin abandonul Eului, potrivită pentru oamenii a căror inimă şi minte vibrează în acelaşi fel). *Hatha yoga* este cea de-a patra categorie, introdusă în Evul Mediu, pentru oamenii la care nici inima şi nici mintea nu este suficient de dezvoltată pentru a folosi cele trei metode iniţiale. Această ramură a yoga a devenit atât de importantă de-a lungul anilor, încât *yoga* înseamnă doar „hatha yoga". Cu cuvintele dr. Rammurti Mishra:

> Yoga este controlul minţii. Este un proces de dehipnotizare. Yoga este o metodă ştiinţifică şi un efort metodic, pentru a obţine perfecţiunea prin controlul elementelor naturii fizice, metafizice şi psihice.[6]

De milenii, yoghinii şi înţelepţii au observat poziţiile pe care practicantul ar trebui să le adopte atunci când Kundalini se trezeşte. Apoi au susţinut că, prin practicarea regulată a acestor poziţii, este posibilă trezirea Kundalini, inversând procesul. Osho Rajneesh a observat că:

> Toate poziţiile yoghine, asane şi mudre, urmează diferitele tipare declarative ale minţii noastre; şi ele sunt rezultatul nenumăratelor experimente şi experienţe... După mii de experimente a fost descoperit care mudra se formează într-o anumită stare a minţii. Apoi poate fi realizat procesul invers, în care poţi ajunge la o stare particulară a minţii prin formarea mudrei care-i corespunde.[7]

Astfel, prima etapă în urmarea Căii Integrale este aceea de a învăţa şi practica exerciţiile yoghine (asane şi mudre), obţinând liniştirea şi golirea minţii de gânduri şi concentrarea pe cel de-al treilea ochi, în punctul de mijloc dintre sprâncene.

Controlul respiraţiei este un alt proces asociat cu producerea diferitelor stări de conştiinţă. Respiraţia creează sau aduce persoana într-o stare de linişte. Odată ajuns la astfel de stări de pace profundă, alte stări mai puţin liniştite, ca frica sau furia, nu mai sunt create. Pranayama (respiraţia profundă) este una dintre tehnicile specifice folosite pentru a obţine starea de linişte. Pe lângă respiraţie, adăugăm trei contracţii pentru a concentra energia spirituală pentru a activa chakrele: contracţia rădăcinii (*mulabandha*), contracţia buricului (*uddayanabandha*) şi contracţia gâtului (*jalandharabandha*). Aceste trei contracţii sunt folosite pentru a mări presiunea chakrelor, de la chakra de la baza coloanei vertebrale (Muladhara) la cea situată între sprâncene (Ajna) sau de la primul centru energetic la cel de-al şaselea. Energia Kundalini, latentă de la baza coloanei, este stimulată prin dubla putere a respiraţiei profunde şi a celor trei

contracţii şi începe să se trezească. Pranayama, împreună cu cele trei lacăte, este cea de-a doua etapă în Calea Integrală.

Asana *Shashank* este o poziţie yoghină specială folosită pentru a regulariza respiraţia prin ambele nări la un flux de oxigen egal, reducând respiraţia la minim. Aceasta aduce mintea la o stare relaxată şi îţi permite să aluneci uşor în meditaţie. Îţi poţi aminti că, în timp ce sexualitatea ia avânt, respiraţia unei persoane creşte la maxim. Meditaţia este starea opusă, în care respiraţia este calmată la minim. Shashank asana este cea de-a treia etapă în Calea Integrală. Cântarea mantrei AUM cu concentrarea pe cel de-al treilea ochi este ultima etapă în Calea Integrală. Această practică deschide chakra Ajna. După toate aceste pregătiri, persoana este acum gata să intre în meditaţie. Pentru a nu lăsa nici o piatră necercetată şi a face procesul mai eficient, următoarele patru discipline trebuie adăugate la Calea Integrală:

Rugăciunea, prin care se invocă credinţa şi abandonul. Dumnezeu este invitat înăuntru ca lumină şi sunet.

Jnana yoga (calea cunoaşterii), aplicată în timpul citirii scripturilor şi istoriilor despre sfinţii împliniţi. Straturile ignoranţei cad deoparte unul câte unul.

Bhakti yoga (calea evlaviei), cântarea unei mantra. Se dezvoltă iubirea de Dumnezeu şi Sine.

Tantra yoga, metoda sexului regulat. Acesta acţionează ca un agent catalizator şi eliberează persoana de ataşamentele sexuale.

Rugăciunea precede meditaţia, în timp ce ultimele trei tehnici sunt practicate în alte momente.

CAPITOLUL 25

CALEA INTEGRALĂ ŞI KUNDALINI

Calea Integrală este un mod de viaţă adoptat de către practicant. Poate fi rezumat ca o rutină zilnică în următorul mod:

1. Practica de dimineaţă, timp de două ore, care include exerciţii yoghine pentru 45 minute, pranayama cu cele trei contracţii timp de 20 minute, asana shashanka timp de 15 minute, intonarea mantrei AUM cu concentrare pe cel de-al treilea ochi timp de 15 minute. Apoi urmează rugăciunea (shaktipat de la Dumnezeu), care închide toate uşile către simţurile fizice şi invită lumina albă ca personificare a lui Dumnezeu. Simte cum îţi intră în organism prin chakra coroanei. Simte cum îţi activează energia Kundalini şi deschide cele şapte chakre, una câte una. Treptat, vei intra într-o stare de samadhi, te vei trăi pe sine ca fiind Atman şi te vei contopi cu absolutul într-un ocean de beatitudine.

2. Două ore pentru a citi scripturi şi istorii ale persoanelor realizate (calea cunoaşterii), în orice moment din zi.

3. Două ore pentru intonarea mantrelor selectate personal sau date de către guru (calea evlaviei), în orice moment din zi.

4. Practicantul ar trebui să învețe calea sexului spiritual, care grăbește întregul proces ca un agent catalizator și eliberează persoana de pasiunile sexuale.

Începe cu acestea. Pentru a obține un nivel superior, trebuie să-ți dedici multe ore în fiecare zi, timp de cinci sau șase ani. Realizarea lui Dumnezeu nu este mai puțin importantă. Dacă îți amintești de Dumnezeu sau de spiritul tău la anumite momente sau cu jumătate de inimă, El de asemenea ți se va arăta doar în anumite momente și doar pe jumătate. Am avut o relație discontinuă cu Dumnezeu și cu propriile noastre suflete nenumărate vieți și evoluția noastră spirituală a fost lentă. Metoda prezentată aici îți poate aduce eliberarea de nevoia altor reîncarnări. Aceia care nu se pot dedica șase ore pe zi pentru a-L realiza pe Dumnezeu, datorită implicării lor în treburile lumii, nu au câștigat acest privilegiu, datorită karmei personale sau colective din viețile anterioare. Pentru ei, acest lucru nu este un eșec mai mare decât vina unui copil din grădiniță că nu a ajuns la nivelul de colegiu. Timpul lor încă nu a sosit. Ei trebuie să mai înțeleagă multe lecții la școala vieții pământene până să ajungă să-și dedice timpul necesar căutării Sinelui sau a lui Dumnezeu. Totuși, există întotdeauna o cale când hotărârea este puternică.

Se poate începe cu o oră pe zi și treptat să se crească timpul alocat pentru Dumnezeu. Este o cale a vieții practicabilă de oricine are dorința. Se poate trezi Kundalini și împlini realizarea Sinelui în cursul unei singure vieți, fără ajutorul unui guru din exterior sau shaktipat. La trezire, Kundalini preia rolul de guru interior. Conform cu Swami Vishnu Tirtha: „Pentru un yoghin, Kundalini este ceea ce Krishna a fost pentru Arjuna, ghid și conducător al carului său pe câmpul de luptă al acestui război lumesc pentru spiritualitate."[1] Aceasta

este o metodă în care personalitatea individului evoluează în toate modurile posibile – fizic, mental, emoţional, şi intuitiv – care duce la o persoană echilibrată.

FORMULA PRACTICĂ 9: DETALIILE PENTRU CALEA INTEGRALĂ

Poziţiile descrise aici durează aproximativ 45 minute pentru a le realiza. Inspiră înainte de începerea unei poziţii şi expiră uşor pe măsură ce te decuplezi de ea. Acest set de poziţii va aduce calm, seninătate, şi concentrarea automată pe cel de-al treilea ochi. Oferă o dezvoltare completă a corpului fizic şi transformarea dorinţei sexuale în iubire necondiţionată.

1. Stai drept, cu picioarele distanţate la 30 cm. Ţine-ţi mâinile pe talie şi îndoaie-te spre spate, cu ochii spre cer. Repetă acest exerciţiu de şase până la zece ori.

2. Stai drept, cu picioarele distanţate la 60-90 cm. Pune-ţi mâinile la şolduri. Apleacă-te spre stânga şi atinge-ţi genunchiul cu degetele de la mâna stângă de două ori. Fă acelaşi lucru în partea dreaptă. Acesta este un set. Repetă şase până la zece seturi.

3. Întinde-te cu faţa în sus şi cască precum o pisică timp de câteva minute.

4. Întinde-te cu faţa în jos şi picioarele îapropiate. Ridică câte un picior, cât de sus poţi, fără să te forţezi, ţinându-l drept. Repetă acest exerciţiu de şapte ori, alternând picioarele. Acum ridică ambele picioare şi menţine poziţia pentru câteva secunde. Apoi coboară-le încet la poziţia de repaos. Repetă de trei ori.

5. Stai cu faţa în jos, cu mâinile de-a lungul corpului. Îndoaie-ţi picioarele în sus şi atinge spatele pentru a-ţi prinde călcâiele cu mâinile, aşa încât corpul tău să ia poziţia unui arc. Menţine poziţia între 30 secunde şi 1 minut.

6. Stai cu faţa în jos, cu picioarele apropiate şi cu palmele în jos pe lângă umeri, paralel cu corpul. Împingând cu mâinile, ridică-ţi partea de sus a corpului ca o cobra care-şi ridică capacul unde stă. Adu-ţi corpul la forma unei cobra, atingând pământul cu partea de la buric şi întoarce-ţi ochii spre cer cât de mult posibil. Menţine poziţia pentru 20 secunde şi repet-o de două sau trei ori.

7. Stai pe pământ, cu spatele drept şi picioarele întinse în afară. Prinde-ţi călcâiele în ambele mâini şi apropie-ţi trunchiul de picioare; ţine ochii închişi şi concentrează-ţi atenţia pe cel de-al treilea ochi. Menţin poziţia timp de un minut.

8. Îngenunchează la pământ, cu spatele drept, genunchii împreună, te odihneşti pe călcâie. Întoarce-te pe călcâie la dreapta, aşa încât ambele picioare sunt acum îndoite spre stânga. Ridică-ţi piciorul stâng peste cel drept, punând piciorul stâng pe pământ, atingând exteriorul genunchiului drept. Pune mâna dreaptă pe genunchiul stâng şi ţine-ţi piciorul stâng cu mâna dreaptă. Răsuceşte-ţi corpul la stânga cât este posibil, fără să te forţezi, şi priveşte spre stânga. Menţine poziţia timp de 20 secunde. Schimbă rolurile părţilor dreaptă şi stângă a corpului şi menţine poziţia timp de 20 secunde.

9. Stai aşezat pe picioare, cu călcâiele îndreptate într-o parte, făcând loc pentru şolduri. Ţine coloana dreaptă, cu mâinile pe genunchi şi cu atenţia concentrată pe cel de-al treilea ochi. Stai aşa timp de cinci minute. (Aceasta este probabil singura poziţie care poate fi exersată timp de 15-20 minute, imediat după o masă, pentru a produce digestia rapidă. Este cunoscută ca *vajrasana*.) Apoi expiră complet şi mişcă-ţi stomacul înainte şi înapoi de 20-30 ori, în timp ce eşti în apnee. Repetă de 4 până la 8 ori.

10. Stai întins cu faţa în sus, cu spatele la pământ. Ridică un picior, menţine-l la un unghi de 45 grade timp de câteva

secunde, apoi coboară-l încet. Repetă cu celălalt picior. Repetă această mişcare cu ambele picioare, de şapte ori. Acum ridică ambele picioare împreună, ţine-le la un unghi de 45 grade, timp de câteva secunde, apoi coboară-le uşor. Repetă de trei ori.

11. Stai întins cu faţa în sus, cu picioarele îndoite şi cu tălpile picioarelor atingând pământul, mâinile pe lângă corp. Ridică-ţi corpul de la mijloc cât de sus poţi fără să te forţezi, făcând un arc între picioare şi umeri. Menţine poziţia pentru 5 secunde, apoi coboară-ţi mijlocul uşor. Repetă de 7 sau 8 ori.

12. Stai întins cu faţa în sus, cu genunchii îndoiţi şi cu tălpile picioarelor atingând pământul, mâinile pe lângă corp. Menţinând centrul corpului la pământ, ridică-ţi şoldurile cât de sus poţi şi menţine poziţia pentru câteva secunde, apoi coboară-ţi şoldurile uşor. Acum păstrează-ţi şoldurile în contact cu pământul şi ridică-ţi centrul corpului, făcând un arc pentru câteva secunde, apoi coboară-l încet. Repetă de 7-8 ori.

13. Stai cu faţa în sus cu genunchii îndoiţi, cu picioarele lipite, cu tălpile atingând pământul. Pune-ţi braţele în afară, parţial depărtate de corp. Uşor coboară-ţi genunchii spre dreapta, până când ei ating pământul, cu faţa privind în sus spre cer. Menţine poziţia timp de câteva secunde, revino la poziţia iniţială şi repetă exerciţiul, coborând picioarele spre stânga. Repetă de 7-8 ori.

14. Stai cu faţa în sus, cu spatele pe pământ. Îndoaie-ţi picioarele, ţine-le în spatele genunchilor, şi trage-le spre corp, cu genunchii cât de aproape de corp posibil. Apasă genunchii în contra corpului de două ori, apoi repetă. Acesta poate fi făcut de zece ori, cu două respiraţii ţinute. Repetă exerciţiul cu un picior, apoi cu celălalt, apoi din nou cu ambele picioare împreună. După ce setul este complet, întinde-te cu faţa în sus, cu spatele la pământ, cu braţele lateral. Relaxează-ţi întregul

corp pe cât de complet posibil. Toate gândurile ar trebui să fie de asemenea relaxate. Aceasta reface circulaţia sângelui. Menţine poziţia pentru un minut sau două. Aceasta este numită *shavasana* sau postura mortului.

15. Stai picior peste picior, cu unul dintre călcâie presând regiunea chakrei muladhara sau a rădăcinii. Călcâiul celuilalt picior trebuie să se odihnească deasupra primului călcâi, şi să preseze pe cea de-a doua chakra, numită swadhishtan sau sacrală. Aceasta este *siddhasana* pentru bărbaţi şi *siddhayoniasana* pentru femei. Bărbaţii să aibă grijă să nu-şi strivească organele genitale între călcâie. Femeile de asemenea trebuie să aibă grijă deoarece călcâiul inferior trebuie să preseze pe chakra rădăcinii prin deschiderea vaginului. Puneţi mâinile pe genunchi şi concentraţi-vă atenţia pe zona dintre sprâncene. Aceasta este o poziţie favorită a yoghinilor, deoarece păstrează coloana dreaptă, ceea ce grăbeşte trezirea Kundalini şi îi facilitează mişcarea ascendentă.

16. Menţine poziţia descrisă la punctul 9 (*vajrasana*). Îndoaie-te înainte de la mijloc până când fruntea şi nasul ating pământul şi mâinile şi braţele sunt întinse în afară spre pământ, în faţa ta. Respiră într-un mod relaxat. Aceasta este *shashakasana*; aduce echilibru în respiraţia prin ambele nări, pentru a produce seninătatea şi uşurinţa de a intra în starea de meditaţie. Această postură trebuie menţinută timp de 15 minute.

17. *Shirshasana* (statul în cap): Aceasta este o poziţie yoghină special recomandată pentru bărbaţi pentru a grăbi dezvoltarea spirituală, deoarece ajută la inversarea direcţiei fluxului lichidului seminal. Se poate face pentru cât timp se doreşte, de la un minut la o jumătate de oră. Puneţi-vă fruntea pe o pernă pe pământ şi poziţionaţi-vă capul între palmele cuplate. Ridicaţi-vă uşor coatele de la pământ, formând un tripod cu capul şi coatele. Ridicaţi-vă uşor întregul corp, cu

greutatea distribuită pe frunte şi ambele coate. Menţineţi-vă corpul şi picioarele drepte, cu tălpile picioarelor spre cer. Această poziţie ar trebui menţinută cel puţin un minut, sau cât de mult puteţi. În caz de dificultate, poziţia poate fi realizată ajutat fiind de un perete. Cu practică regulată, persoana poate deveni *urdhvareta* sau acela în care fluxul spermei a fost inversat.

18. *Sarvangasana* (statul în umeri): Aceasta este încă o poziţie yoghină recomandată bărbaţilor pentru a accelera creşterea spirituală, deoarece ajută la inversare direcţiei fluxului lichidului seminal. Se poate face pentru cât timp se doreşte, de la un minut la o jumătate de oră. Staţi cu faţa în sus, cu spatele la pământ şi cu mâinile de-a lungul corpului. Ridicaţi partea inferioară a corpului în sus, astfel încât greutatea este plasată pe tripodul coatelor şi umerilor. Puneţi mâinile pe mijloc pentru a suporta greutatea corpului. Întindeţi picioarele drepte. Capul ar trebui să se odihnească pe pământ, iar respiraţia să fie relaxată. Menţineţi poziţia pentru cel puţin un minut sau cât de mult puteţi. Este o alternativă la *shirshasana*, şi are efecte benefice similare.

Pentru a realiza pranayama cu cele trei contracţii, staţi în poziţia 15, numită siddhasana pentru bărbaţi şi siddhayoniasana pentru femei. Apasă călcâiul piciorului inferior, stâng sau drept, pe centrul rădăcinii (muladhara) din corp – sub organele reproductive la bărbat. Apasă călcâiul celuilalt picior pe centrul pelvian (swadhishthana), chiar deasupra organelor reproductive. Aveţi grijă să nu presaţi organele genitale între călcâie. La femei, călcâiul piciorului inferior ar trebui să fie puţin în interiorul vaginului şi să preseze acest punct din corp; şi călcâiul celuilalt picior ar trebui să fie deasupra celui inferior, presând punctul imediat de deasupra clitorisului. Această poziţie va trezi primii doi centri energetici din corp.

Coloana trebuie să fie dreapă, ca un stâlp înfipt în pământ. Pune ambele mâini pe genunchi.

Închideţi nara dreaptă cu un deget de la mâna dreaptă şi inspiraţi prin nara stângă cât aţi număra până la 4. Ţineţi-vă respiraţia cât aţi număra până la 16. Aceasta este numită *kumbhak* interioară. Acum închideţi nara stângă cu degetul mic de la mâna dreaptă, şi expiraţi uşor prin nara dreaptă cât aţi număra până la 8. Menţineţi această poziţie, şi închideţi ambele nări cât aţi număra până la 8. Aceasta este numită *kumbhak* exterioară. Aceasta reprezintă un set de respiraţie profundă, cu o numărătoare de 4-16-8-8. Repetaţi procesul, inspirând prin nara dreaptă cât aţi număra până 4, ţineţi-vă respiraţia cât aţi număra până la 16, expiraţi uşor prin nara stângă cât aţi număra până la 8, şi apoi menţineţi poziţia de expiraţie cât aţi număra până la 8. Repetaţi procesul, alternând folosirea nărilor, pentru aproximativ 20 minute. Aceasta este *pranayama.*

Cele trei contracţii sunt introduse în timpul pranayama după cum urmează. În timpul inspiraţiei, strânge muşchii anusului şi apoi trage-i în sus; organele genitale sunt automat trase în sus. Menţineţi această poziţie pe tot timpul realizării fiecărui set de respiraţie. Acesta este contracţia rădăcinii (*mulabandha*). Presaţi zona pelviană în mod simultan, trageţi-o în interior şi menţineţi această poziţie pe tot timpul realizării fiecărui set de respiraţie. Acesta este contracţia buricului (*uddayan bandha*). Când inspiraţia este completă cât număraţi până la 4, trageţi-vă bărbia în interior şi menţineţi această poziţie pe tot timpul realizării fiecărei respiraţii profunde. Acesta este contracţia bărbiei (*jalandharabandha*). Când expiraţi, cât număraţi până la 16, eliberaţi cele trei contracţii în acelaşi timp. Pranayama şi cele trei contracţii activează latentul Kundalini, stimulându-l să se trezească. De asemenea presează să deschidă primele cinci chakre, de la rădăcină la gât. Se produce o concentrare automată pe cel de-al treilea ochi.

Apoi, menţine poziţia arătată la pasul 16 (shashanka asana) timp de 15 minute. Vei descoperi că viteza respiraţiei tale se reduce şi că aluneci uşor într-o stare de meditaţie. Intonarea mantrei AUM, cu atenţia pe cel de-al trelea ochi timp de 15 minute, va aduce o concentrare imensă pe cel de-al treilea ochi, ceea ce poate duce la deschiderea centrului energetic dintre sprâncene (chakra Ajna), ridicând Kundalini ascendent şi permiţându-ţi să intri într-o stare de meditaţie. Inspiră profund şi cântă AUM atâta timp cât respiraţia ţine. De asemenea poţi sta în siddhasana, într-o poziţie relaxată, sau pe un scaun, cu coloana menţinută dreaptă. Ar trebui să staţi confortabil şi bine, deoarece acum sunteţia gata să intraţi în starea de meditaţie.

Rugăciunea (shaktipat sau samadhi) este etapa finală a acestui exerciţiu de două ore. Când îl vei termina, vei fi gata să intri în starea de meditaţie şi, într-o zi, vei aluneca în samadhi, care este obiectivul tău final. Stai într-o poziţie relaxată pe pământ sau pe scaun, cu coloana dreaptă, nici prea tensionat, nici prea relaxat. Închide ochii şi concentrează-te pe cel de-al treilea ochi. Deja te afli într-o stare calmă de linişte şi gata să aluneci în meditaţie. Vizualizează-te că eşti deasupra lumii, ridicându-te tot mai sus către absolut. Simte cum lumina albă lichidă îţi umple fiecare parte a corpului. Aceeaşi lumină îţi umple corpul din chakra coroanei, pentru a-ţi face trupul imun la toate descompunerile, imperfecţiunile, bolile şi vătămările, pentru tot restul vieţii. Simte cum lumina se acumulează în centrul rădăcinii, în centrul din pelvis, în centrul din plex, în centrul din dreptul inimii, în centrul de la baza gâtului, şi în centrul dintre sprâncene. Toate chakrele sunt deschise şi îţi oferă întreaga lor putere. Kundalini s-a trezit din locul unde stătea, de la baza coloanei, şi se ridică prin coloană până ajunge la chakra coroanei.

Trăieşti o stare de beatitudine şi fericire. Nectar sub forma unui lumini albe îţi umple capul, gâtul, umărul stâng şi mâna stângă, apoi umărul drept şi mâna dreaptă. Îţi simţi mâinile mai lungi şi mai grele decât mai înainte, deoarece acum ele sunt umplute cu lumină albă. Lumina acum îţi umple coloana, inima, plămânii, rinichii, stomacul, organele genitale, piciorul stâng şi piciorul drept. Eşti umplut cu lumină, învăluit în lumină; ai devenit lumina însăşi.

Lumina albă lichidă este însăşi conştiinţa lui Dumnezeu. Simte mâna minunată a lui Dumnezeu pe creştetul capului tău; energia şi vibraţiile din mâna Sa îţi pătrund în corp. Acum vibrezi cu vibraţia lui Dumnezeu însuşi. Primeşti shaktipat de la Dumnezeu şi realizezi că eşti însuşi Dumnezeu, prin binecuvântarea lui, pentru că aceasta este singura cale. El este oceanul de iubire şi compasiune. El ţi-a înţeles greşelile, păcatele şi lipsurile, pe măsură ce le-ai creat, şi te-a ajutat să te eliberezi de karma, prin trezirea Kundalini. Poţi cere minţii tale să gândească ceea ce vrei tu să gândeşti, poţi să ceri trupului să facă ceea ce vrei tu să facă. Nu eşti nici mintea şi nici trupul; ambele răspund credinţelor tale, toate sunt trecătoare. Simte că eşti o fiinţă pură, o conştiinţă de alt tip decât cea produsă de minte şi trup; simte că eşti Atman cel omniprezent, care este martor la toate.

Simte că tu ca Atman te înalţi din planul fizic în planele astral, mental, intuitiv şi al sufletului. În planul sufletului, îl poţi vedea pe guru, Sat Nam, Pitagora, Iisus Hristos, Krishna, Zeiţa Mamă sau orice fiinţă iluminată care te-a ajutat. Ei au zâmbete minunate şi ochi frumoşi profunzi. Te privesc cu dragoste. Raze de energie şi vibraţie divină vin din trupurile lor şi intră în al tău. Te binecuvântează cu mâna dreaptă, din care ies razele de lumină care vin şi îţi inundă corpul. Vibrezi cu vibraţia lui Dumnezeu. Aceasta este shaktipat-ul direct al lui Dumnezeu.

Eşti sufletul şi devii una cu suprasufletul. Picătura se contopeşte cu oceanul şi oceanul se contopeşte cu picătura. Atman şi Paramatma devin una; cei doi sunt făcuţi din acelaşi material. Bucură-te de beatitudinea unificării şi lasă-te absorbit. Acum eşti în Samadhi.

Pentru a îndeplini cerinţele jnana yoga (calea înţelepciunii), fă-ţi un obicei din cititul scripturilor şi a istoriilor despre oamenii împliniţi. Aceasta va grăbi procesul trezirii Kundalini, prin discernământ şi claritate. Straturile de ignoranţă se vor topi unul câte unul. Recomand această practică două ore pe zi; poate dura mai mult sau mai puţin, depinde de alegerea ta.

Cerinţele bhakti yoga (calea evlaviei) pot fi îndeplinite prin intonarea unei mantra care serveşte dublului scop al atragerii energiei spirituale din cosmos şi creşterii iubirii pentru Dumnezeu. Procesul trezirii Kundalini devine mai rapid. Miile de ani de cercetări ale yoghinilor şi înţelepţilor arată că simpla repetare a numelui lui Dumnezeu, chiar mecanic, produce rezultate. Ritualul mecanic care nu implică sentimente este treptat convertit în veneraţie din inimă. Unirea dintre Atman şi Paramatma este mai uşoară şi lină. La folosirea unei mantra simple, precum „Om Namaha Shivaya", tehnica este să simţi sunetul de început AUM care emană din locul unde stă Kundalini şi care, cu o mişcare de tragere a Kundalini după sine, se ridică spre centrul energetic dintre sprâncene. Ultimele două cuvinte, „Namaha Shivaya", trebuie rostite cu o împingere a sunetului spre poziţia celui de-al treilea ochi. Sufiştii au o tehnică foarte bună pentru a repeta numele lui Dumnezeu, care este similară cu tehnica prezentată aici. În timpul unei conferinţe la un azil din Florida, din decembrie 1996, am aflat că una dintre mantrele pe care Iisus Hristos le intona – *Yod Hey Wod Hey*, era repetată folosind o tehnică similară cu cea descrisă mai sus. În alchimie, de asemenea, se intonează o mantra pentru a produce uniunea lui *chang* şi *chi*, principiile

masculin şi feminin ale personalităţii. Cât despre durata intonării mantrei, pentru a obţine rezultate, sugerez două ore; poate fi mai mult sau mai puţin, depinde cum simţi.

La urmă, dar nu mai puţin importantă, este tehnica sexului regulat. Mulţi, dacă nu majoritatea persoanelor împlinite sau yoghinilor au fost căsătoriţi sau au fost implicaţi în relaţii spirituale.[2] Ei au folosit sexul ca un mijloc pentru a obţine o experienţă erotică şi a o transcende, deschizând astfel uşile percepţiei superioare, şi mai puţin doar pentru plăcerile senzuale sau procreaţie. Aşa cum doar un ghimpe poate scoate din corp un alt ghimpe, eliberarea de dorinţa sexuală se poate obţine doar prin sex.

Deşi poate fi dificil, o singură metodă poate aduce rezultatele aşteptate. De exemplu, calea acţiunii dezinteresate (karma yoga) cere ca o cineva să trăiască viaţa lui Mahatma Gandhi sau Maica Tereza – ceea ce nu este aşa uşor pentru o persoană normală. În mod similar, calea evlaviei (bhakti yoga) cere ca o persoană să se dedice lui Dumnezeu zi şi noapte, precum Mira, Surdas sau sfânta Tereza din Avila. Calea cunoaşterii (jnana yoga) cere de la o persoană ca aceasta să aibă ca preocupare adevărul sau gândirea şi să se concentreze zi şi noapte, precum au făcut regele Janaka, Ramana Maharishi, Socrate sau Richard Maurice Bucke. Calea sexului (tantra yoga) cere ca individul să fie absorbit în ritualuri tantrice zi şi noapte. Se poate ca practicantul să devină ciudat în acest mod, deoarece o singură metodă nu dezvoltă personalitatea într-un mod echilibrat. Din acest motiv, yoghinii avansaţi au dezvoltat o metodă care combină elemente din diferite discipline, astfel că persoana ar putea să continue să trăiască în mod natural şi totuşi să dobândească eliberarea. Aceasta a dus la naşterea Kundalini yoga şi Calea Integrală. Gautam Buddha ne-a învăţat calea de mijloc între ascetism şi viaţa materială şi Sri

Aurobindo a promovat Calea Integrală în stilul său. Metoda prezentată aici respectă acele cerinţe.

Înţeleptul Patanjali a fost un mare reprezentant al yoga. Calea în opt puncte pe care el a promovat-o are următoarele etape:

1. *Yama*, care înseamnă conduita morală, precum nonviolenţa, cinstea, sinceritatea, abstinenţa sexuală, fără invidie.

2. *Niyama*, care înseamnă ritualurile religioase, precum puritatea minţii şi a trupului, mulţumire, autodisciplină, studiul scripturilor şi devotamentul pentru Dumnezeu.

3. *Asane*, care reprezintă poziţiile yoghine.

4. *Pranayama*, respiraţie profundă şi controlul respiraţiei.

5. *Pratyahara*, care înseamnă retragerea simţurilor de la obiectele lor.

6. *Dharana*, care înseamnă concentrare.

7. *Dhyana*, care înseamnă meditaţie.

8. *Samadhi*, care înseamnă extazul final care duce la uniunea cu Dumnezeu.

Calea Integrală prezentată în acest capitol respectă toate cerinţele lui Patanjali, într-o variantă modernizată, care se potriveşte cu cerinţele umanităţii din zilele noastre. Mai mult, factori precum rugăciunea şi sexul regulat au fost adăugaţi pentru putere şi o mai mare eficienţă.

Deşi poate părea dificilă, completa Cale Integrală este un mod de viaţă care este uşor de adoptat într-un timp scurt. Am găsit-o foarte comodă, în timp ce trăiam viaţa unui profesor universitar. Şi convingerea mea este că se pot obţine rezultate în decursul unei singure vieţi, deşi perioada poate varia de la câteva săptămâni la câţiva ani, depinde de cât de mult se străduieşte persoana. Totuşi, există anumite poziţii yoghine pe care practicantul să nu dorească să le facă sau anumite

discipline care să nu se dorească să fie integrate. De altfel, persoana poate practica doar două ore pe zi, în loc de şase. Oricum, când o persoană persevereză, este obligatoriu să apară progresul. În timp, alte elemente pot fi adăugate, în funcţie de cât de corespunzătoare sunt ele pentru individ.

Din nou, întregul proces poate fi înţeles cu ajutorul exemplului apei. Pentru a fierbe apă, focul trebuie să fie suficient de puternic pentru a aduce apa la punctul de fierbere. Dar odată ce apa atinge punctul de fierbere, instantaneu aceasta se va transforma în abur. Similar în yoga, trebuie să faci câteva feluri de efort pentru a te aduce la „punctul de fierbere" personal; odată acest lucru realizat, personalitatea este transformată în divinitate. Şi apoi încetezi să mai fii un simplu om şi începi să trăieşti ca Dumnezeu. Dar nu uita, întotdeauna mai este un pas de făcut. Divinitatea este o călătorie veşnică, de la perfecţiune la perfecţiune. Singura diferenţă este că ai binecuvântarea de a fi pe drumul şi de a avea cunoaşterea adevărului, în timp ce anterior ai trăit şi suferit în ignoranţă şi ataşament pentru lumea materială. Când energia Kundalini personală este trezită, ştii că ai rupt lanţul reîncarnărilor.

Trezirea Kundalini

Există simptome caracteristice ale trezirii Kundalini.[3] Deşi incompletă, este prezentată aici o listă a acestor simptome:

1. Vibraţii ale centrului energetic al rădăcinii (chakra muladhara), zguduituri ale întregului corp şi inspiraţii şi expiraţii involuntare, cu pierderea controlului corpului.

2. Tremurături ale corpului, râset şi plâns involuntar, contorsionarea limbii şi emiterea unor sunete deformate, frică şi

viziuni înspăimântătoare, părul care stă culcat, scurgeri de sperma.

3. Postură fixă şi concentrare pe zona dintre sprâncene, rotiri ale globilor oculari şi ţinerea automată a respiraţiei în plămâni (*kumbhak*), ţinerea respiraţiei, stări de golire a minţii.

4. Poziţii fixe şi activarea involuntară a celor trei contracţii – a rădăcinii, pelvisului, şi a gâtului (mulbandha, uddayanbandha, şi jalandhar bandha) – limba care se trage înapoi şi se ridică spre cerul gurii (mudra khechri), întinderi puternice ale mâinilor şi picioarelor.

5. Se simte cum energia spirituală (prana) este activă în corp zi şi noapte, stări de concentrare care umplu mintea cu fericire şi beatitudine, corpul începe să tremure sau se zguduie, senzaţia că energia spirituală se ridică în fiecare moment spre chakra coroanei, fie că se răspunde la chemarea naturii prin somn sau vis.

6. Senzaţia că mintea şi trupul sunt posedate printr-o oarecare acţiune divină sau spirit şi că, sub această influenţă, corpul realizează involuntar poziţii yoghine fără probleme sau oboseală, în timp ce este însoţit de o respiraţie ciudată.

7. Auzirea a diferite sunete interne (*naad* sau *shabda*), senzaţia de nesimţire a trupului şi trăirea unor vibraţii în coloana vertebrală, pleoapele ochilor care se deschid şi închid fără efort, o senzaţie de curenţi electrici care trec prin nervi, convulsii.

8. Repetarea permanentă a mantrelor, însoţită de valuri de beatitudine, şi trecerea unor curenţi spirituali prin lobul frontal.

9. Trupul posedat de o oarecare forţă divină începe să se învârtă precum o piatră de măcinat, se pierde controlul respiraţiei, se stă în poziţia picior peste picior, trupul începe să sară în diverse direcţii ca o broască, corpul devine inert ca o persoană moartă şi te simţi ca şi când ai fi murit.

10. În momentul în care stai cu ochii închişi, braţele se depărtează cu putere şi emiţi sunete deformate precum cele ale unor animale şi păsări.

11. Ori de câte ori atenţia este fixă asupra corpului, energia spirituală, prana, începe să curgă, cu nervii care generează convulsii, ca şi cum prin corp ar trece electricitate.

12. Apare senzaţia de intoxicat, fără să fi luat nici un medicament, mersul de beţiv şi incapacitatea de a face orice muncă, mers superior, lipsă de interes în a discuta sau a-i auzi pe alţii, o senzaţie că eşti îmbătat de divinitate.

13. Scuturări ale corpului şi cântarea de imnuri cu bucurie şi extazie ori de câte ori te rogi, muzică şi poezie create spontan, vorbirea de limbi străine necunoscute.

14. Menţinerea unei minţi echilibrate, neafectată, indiferent de situaţie, beneficiezi de o energie inepuizabilă, nu te simţi obosit chiar şi după mai multe ore de muncă, îţi simţi corpul uşor ca aerul, eşti plin de bucurie şi bună dispoziţie şi eşti fericit chiar şi în vise.

15. Intrarea în meditaţie într-o stare de vis, în care trăieşti viziuni divine, mirosuri, sunete, gusturi, figuri, atingeri şi instrucţiuni.

16. În timpul meditaţiei, încep să ţi se dezvăluie secretele viitorului şi înţelesurile ascunse ale scripturilor, care-ţi îndepărtează toate temerile. Începi să înţelegi lucrările spirituale de la prima privire şi dobândeşti autoîncredere încât să nu simţi nevoia să te apropii de cineva pentru a obţine cunoaştere, inclusiv de Brahma însuşi. Dobândeşti talentul oratoriei şi ai capacitatea de a influenţa audienţa.

17. În timpul meditaţiei, dobândeşti rapid concentrarea pe zona dintre sprâncene, respiraţia se domoleşte şi te afunzi

într-un ocean de beatitudine, intră în acţiune khechari şi shambhavi şi trăieşti plăcerea savikalpa samadhi.

18. În timpul dimineţilor şi serilor te încarci în mod constant cu influenţe divine şi te simţi posedat de o forţă divină.

Aici este important de subliniat că, din fericire, nimeni nu are toate simptomele menţionate aici. În fiecare persoană vor apărea doar unele dintre ele, în funcţie de temperament, karma şi pregătirea individului. De exemplu, dacă o persoană face poziţiile yoghine necesare ca parte a unei practici regulate, poziţiile involuntare nu se vor manifesta la trezirea Kundalini, deoarece el sau ea deja îndeplinesc acele cerinţe. La trezirea Kundalini, la o persoană care a trăit o viaţă sexuală normală, nu vor avea loc niciodată încălzirea excesivă a capului sau a altor părţi ale corpului. Cineva care s-a preocupat de toţi factorii incluşi în Calea Integrală va avea o trezire foarte liniştită a Kundalini, cu efecte colaterale puţine sau deloc. Se vor manifesta doar simptomele pozitive.

CAPITOLUL 26

FIZIOLOGIA KUNDALINI

Fiziologia Kundalini poate fi înţeleasă prin elementele sale de susţinere – cele trei *nadis* (canalele subtile) şi cele şapte chakre (centrii energetici), aşa cum este arătat în figura 1 din acest capitol. Conexiunile chakrelor cu glandele corpului sunt prezentate în figura 2.

Cele trei canale (nadis) – *ida*, *pingala* şi *sushumna* crează chakrele de la unu la şapte (vezi figura 1), ale căror funcţii este de a dirija toate aspectele fiinţei şi de a furniza energia corespunzătoare satisfacerii nevoilor primare. Lăcaşul energiei Kundalini este la baza coloanei vertebrale, între chakrele 1 şi 2, unde stă latentă sub forma simbolică a unui şarpe, răsucit de trei ori şi jumătate în jurul *swayambhu linga* şi închizând cu gura sa deschiderea *linga*. Numele de Kundalini provine din *kunda*, care înseamnă „cavitate" (în care locuieşte) şi *kundala*, care înseamnă „spirale". Forma feminină a spiralei masculine este Kundalini, ceea ce înseamnă că această energie este recunoscută în forma feminină a Mamei. Ea este responsabilă pentru îndrumarea atenţiei noastre spre cele mai înalte nivele ale împlinirii. Are o arhivă încorporată care conţine toate

existenţele anterioare, ca şi o inteligenţă specifică proprie. Ca Mama, ne oferă iubirea ei grijulie, şi ne îndrumă în cele mai educative moduri posibile.

Deoarece Mama Kundalini este prin ea însăşi pură, ea se ridică în persoanele care de asemenea au ajuns la puritate. Când acest lucru se întâmplă, expresia feţei practicantului radiază; acesta începe să pară mai tânăr, activ, frumos, şi atrăgător. Kundalini reface organismul, vindecă bolile şi întinereşte corpul; un bun practicant poate vindeca şi pe alţii. Puterea căpătată este direct proporţională cu sinceritatea demersului şi încrederea avută în Kundalini.

Nadis, canalele

În ansamblul celor trei canale (nadis), ida (canalul lunii) se manifestă la stânga, pingala (canalul soarelui) se manifestă la dreapta şi sushumna se constituie în canalul central. Ida şi sushmna încep de la chakra Muladhara; pingala începe de la Swadhishthana. Toate se intersectează la chakra Ajna, unde ida se deplasează la dreapta, pingala trece în partea stângă, iar cele trei curente energetice se întâlnesc din nou în sahasrara.

Ida reprezintă *tamo-guna* (inerţia), trecutul şi inconştientul. Aspectele pozitive sunt existenţa, emoţia, bucuria, dorinţa, şi norocul. Aspectele negative sunt condiţionarea, superstiţia, delăsarea, vina, autocompatimirea, frica, dependenţele, perversiunile sexuale, credinţele oarbe şi magia neagră. Deoarece emoţia se naşte din dorinţă, partea stângă a corpului reprezintă aspectul emoţional. Dacă partea stângă este slabă, persoana devine predispusă la extremismul emoţional, se manifestă aspectele negative ale nadis-urilor, iar presiunea în creştere asupra creierului poate duce la o cădere psihică. Un echilibru poate fi dobândit prin *rajo-guna* sau activitatea

canalului drept. Dacă partea stângă este puternică, se manifestă aspectele pozitive şi sunt exprimate bucuria, optimismul şi fericirea.

Pingala reprezintă *rajo-guna* (activitate, dorinţă) viitorul şi transconştiinţa. Aspectele pozitive sunt activitatea psihică şi mentală, creativitatea şi autorespectul. Aspectele negative sunt egocentrismul, duritatea, dominaţia, viclenia, exploatarea, vanitatea, lipsa ruşinii, fanatismul şi ascetismul. Cu o parte dreaptă puternică, persoana este cunoscută ca fiind egocentrică, egoistă şi agresivă, iar aspectul emoţional al personalităţii este paralizat. Totuşi, logica şi înţelepciunea îi părăsesc şi ei devin ignoranţi. Un echilibru este obţinut prin deplasarea spre canalul central (sushumna) şi credinţa fermă că persoana nu este autorul acţiunii.

Sushumna reprezintă *sattva-guna* (puritatea), prezentul şi inconştientul. În spiritualitate, are doar aspectele pozitive ale credinţei, educaţiei şi revelaţiei. Evoluţia noastră spirituală are loc prin acest canal. Când este parţial activ, declanşează con-

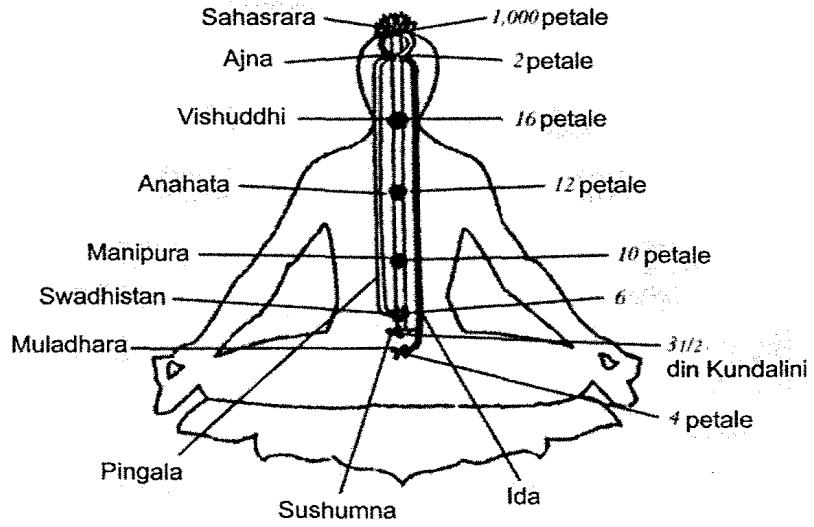


Figura 1. Cele trei nadisuri şi chakrele.

ştiinţa superioară, virtutea şi cunoaşterea. La trezire, Kundalini urcă prin canalul sushumna spre chakra Ajna, apoi coboară prin canalul ida şi pingala într-o formă unificată. Factorii disparaţi ai personalităţii încep să integreze într-o totalitate, conectând mintea la Atman. La trecerea Kundalini prin poarta chakrei Ajna, persoana ajunge la sahasrara, care este împărăţia lui Dumnezeu. Canalul sushumna devine puternic printr-o conştiinţă curată şi meditaţie. Acum persoana trăieşte în eternitate, transcendând timpul şi spaţiul.

Trecerea lui Kundalini prin canalul ida exprimă aspectele negative ale ida; trecerea lui Kundalini prin canalul pingala exprimă espectele negative ale pingala. Trecerea Kundalini prin canalul sushumna duce la împărăţia lui Dumnezeu.

Chakrele

Pulsaţiile sunt create de puterile ida şi pingala în cele două canale, apoi cele şapte chakre sunt create în punctele unde aceste pulsaţii se întâlnesc. Chakrele sunt vortexuri de energie, care se mişcă în sensul acelor de ceasornic. Fiecare chakra corespunde unui centru energetic şi calităţile îi sunt arătate de un anumit număr de petale. Fiecare petală corespunde unui subcentru. Văzute de deasupra, chakrele apar ca cercuri suprapuse. Acestea sunt depozite de energie pentru centrii corespunzători, folosite pentru a răspunde cerinţelor fizice, mentale, emoţionale şi spirituale ale sistemului nervos simpatic. Înainte de trezirea Kundalini, chakrele au o energie limitată şi epuizabilă, precum o baterie. După trezire, ele sunt conectate prin Kundalini la generatorul divin nelimitat şi energia lor este aşadar inepuizabilă. Aceste chakre evoluează şi se dezvoltă la diferite nivele spirituale; ele reprezintă repere pe calea evoluţiei spirituale.

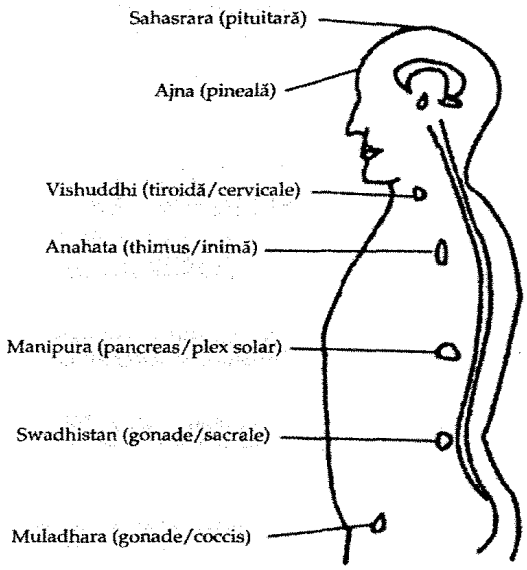


Figura 2. Chakrele şi glandele

Prima este *chakra Muladhara* (centrul rădăcinii) şi este situată deasupra lăcaşului energiei Kundalini. Are patru petale şi elementul ei este pământul. Literar, *mul* înseamnă „rădăcină" şi *adhara* înseamnă „suport". Această chakră reprezintă inocenţa, copilăria eternă, castitatea, iubirea maternă, şi înţelepciunea. Este responsabilă pentru sex şi excreţie. Aspectele ei negative sunt adulterul, perversiunile, pornografia, atenţia slabă, materialismul, lipsa preocupărilor spirituale şi constipaţia. Divinitatea care o conduce este zeul elefant, Ganesh. Ganesh este cunoscut drept cel care îndepărtează obstacolele şi este sursa înţelepciunii absolute. După trezirea Kundalini, persoana îşi transcede dorinţele sexuale şi învaţă să-şi dezvolte respectul pentru castitatea personală şi a altora. Mintea de copil ajunge la maturitate. Se obţine eliberarea din păcat. În termeni yoghini, păcat este repetarea intenţionată a unor greşeli cunoscute. Realizând acest lucru, ne redobândim puterea

să evităm păcatul. Odată cu înţelegerea egoismului, persoana trăieşte în spiritul recunoştinţei.

Cea de-a doua, chakra *Swadhishthana* (chakra pelvisului) este suspendată de Manipura (cea de-a treia) de un cordon precum un satelit, în regiunea măduvei spinării, chiar deasupra organelor genitale. Ea are şase petale şi elementul reprezentativ este focul. Prima dată, Kundalini se trezeşte în cea de-a treia chakra, Manipura, trece cu iluminarea prin canalul central spre chakra Swadhishthana, apoi se întoarce la chakra Manipura. Această chakra reprezintă intelectualitatea, creativitatea, inspiraţia, cunoaşterea ezoterică, estetica. Este responsabilă pentru buna funcţionare a rinichilor, ficatului, splinei, pancreasului şi uterului. Aspectele ei negative sunt raţionalismul, implicarea excesivă în aspecte artistice, viaţă egocentrică, voinţă de putere sau voinţă de supunere, alcool, droguri, obiceiuri culinare autodistructive şi comportament artificial şi crud. Într-un sens pozitiv, pune inteligenţa şi creativitatea în legătură cu pingala, deoarece zeităţile care o prezidează sunt Brahma şi puterea sa, Sri Saraswati (Brahma este creatorul şi Saraswati este zeiţa muzicii şi artelor). Deoarece pingala îşi obţine puterea de la sushumna, se poate crea un dezechilibru care poate duce la boli ca diabet sau atacuri de inimă. Echilibrul poate fi refăcut prin scăderea interesului pentru aspectele materiale şi renunţarea la egocentrism. Stresul mental şi lipsa de atenţie pot presa asupra ficatului. Preocupările pentru cunoaşterea lumii morţilor sau a magiei negre pot duce la vătămarea acestei chakra. Scopul este năzuinţa obţinerii unei stări de conştiinţă fără denaturări subiective (*nirvichar samadhi*) şi dezvoltarea unei umilităţi sincere. Darurile acestei chakra pot fi o stare de conştiinţă intensificată, discursul motivant sau scrierea de proză sau versuri. Se obţine transcenderea lăcomiei, pasiunilor, furiei, ataşamentelor,

unificarea Eului, şi mintea persoanei rămâne în frumuseţea dumnezeirii. Poetul poate ajunge la nivelul unui profet.

Cea de-a treia chakra, *Manipura* (centrul plexului), este la nivelul plexului solar. Ea are zece petale şi elementul corespunzător este apa. Reprezintă acţiunea inofensivă, *dharma* (subzistenţa), evoluţia, sănătatea şi bunăstarea materială. Stomacul, intestinele, splina şi ficatul sunt guvernate de forţa vieţii a acestei chakre. Aspectele ei negative sunt implicarea în probleme familiale, dominanţa asupra partenerului conjugal, destrăbălarea sau excesul de mâncare, ascetismul, materialismul şi dependenţa de alcool. Într-un sens pozitv, reprezintă cele Zece Porunci drept coordonate ale realizării Sinelui. Kundalini se trezeşte prima dată în Manipura, străpungând-o de la o extremitate la alta. Zeităţile care o prezidează sunt Vishnu şi Sri Lakshmi. Se pare că dharma şi stomacul sunt în legătură. Ori de câte ori dharma este insuportabilă, stomacul este deranjat. Totuşi, după ce a văzut la trezirea Kundalini adevărul şi frumuseţea spiritului, persoanei nu-i mai pasă de lucrurile lumeşti şi devine un martor al Sinelui. Persoana crede în Dumnezeu, dobândeşte putere în asumarea responsabilităţilor şi se simte confortabilă cu obligaţiile pe care le are de îndeplinit. Dispar dependenţa de alcool şi nevoia de mâncăruri deosebite, iar apetitul sexual al persoanei este uşor satisfăcut. Persoana dobândeşte puterea să creeze şi distrugă lumi prin puterea cuvântului. Prezenţa unei persoane sfinte aduce o senzaţie de linişte şi tăcere într-un grup de oameni agitaţi. Manipura este la graniţa dintre lumile fizică şi spirituală; activarea ei duce în mod normal la vizite în dimensiunile superioare, prin corpul astral, în vise, transe sau viziuni.

Cea de-a patra chakra este chakra *Anahata* (centrul inimii), localizată în centrul coloanei vertebrale, în dreptul inimii. Ea are douăsprezece petale şi elementul ei este aerul. *Anahata* înseamnă „neaprins". Activarea acestei chakra duce

la auzirea cu urechea internă a sunetului cosmic – AUM sau Cuvântul – care se crează fără lovirea a două obiecte. Sunetul este auzit atunci când toată agitaţia minţii este oprită prin practică susţinută. Această chakra reprezintă existenţa, iubirea şi adevărul. După activarea ei devine casa adevărului-atenţiei-bucuriei (*sat-chit-anand*). Aspectele ei negative sunt activitatea fizică şi mentală extremă, relaţii problematice (în special cu mama), droguri şi o lipsă de credinţă în Dumnezeu (conştiinţa universală) sau activităţi contra lui Dumnezeu. Zeităţile care prezidează chakra Anahata sunt Shiva şi Sri Parvati, Atman sau spiritul. La trezire, persoana îşi pierde identificarea cu trupul, mintea şi sentimentele şi devine spirit sau Atman printr-o inimă deschisă spre dumnezeire. Sunt dobândite iertarea, atenţia atotpătrunzătoare şi grija lui Sri Jagadamba (Mama Universului). Se dezvoltă respectul pentru mama fizică, care are un loc la stânga inimii, şi pentru tatăl fizic, care îşi are locul la dreapta inimii. Transcendenţa Eului îndepărtează mecanismele de apărare, permiţând persoanei să se pună în poziţia altuia (sau inima lui) prin înţelegere.

Cea de-a cincea chakra este *vishuddhi* chakra (de la baza gâtului), localizată la încheietura dintre coloana vertebrală şi medulla oblongata (bulb). Ea are şaisprezece petale şi elementul ei este eterul. Reprezintă conştiinţa colectivă, atitudinea divină, personalitatea androgină şi amintirea copilăriei. Zeitatea care o prezidează este Krishna, cu Sri Radha, consoarta lui, care reprezintă centrul. Krishna este martorul etern, care priveşte drama cosmică într-o stare de completă detaşare. Zeitatea de pe partea stângă este sora lui Krishna, Sri Vishnumaya, care reprezintă în aspectul pozitiv relaţia dintre frate şi soră, iar în aspectul negativ imoralitatea, vina, atitudinea sarcastică şi limba ascuţită. Zeitatea de pe partea dreaptă este Bal Krishna (copilul Krishna), cu partea pozitivă reprezentând mărturia Sinelui. Fumatul, problemele cu mâncărurile

reci sau cu sinusurile şi înjurăturile continue reprezintă aspectul negativ. Activarea acestei chakra transcede toate aspectele negative ale părţii stângi, drepte şi centrale şi duce la realizarea tuturor aspectelor pozitive. Chakra Vishuddhi are în grijă părţile fizice – mâini, faţă, gât, gură şi dinţi – şi oferă protecţie pentru frig, fumat (sau alte droguri), dependenţe şi neglijenţa îngrijirii danturii. Activarea ei duce la eliberarea de dorinţele lumeşti, deoarece ele şi-au îndeplinit scopul. Energia folosită până acum pentru îndeplinirea scopurilor lumeşti este în acest moment eliberată şi redirecţionată în sens spiritual, pentru deschiderea porţilor eliberării. Realizarea eternităţii provine din Muladhara şi orice altă cunoaştere, care vine prin Manipura, este acum combinată de unirea subiectivului cu obiectivul la Vishuddha, obţinând adevăratul sens al yoga – unirea. Claritatea provine din schimbarea de la aspectul intelectual la nivelele profunde, obţinând pacea minţii, înţelegerea trecutului şi viziunea clară a prezentului şi viitorului. O conştiinţă mărită şi un discernământ mai mare ne arată în mod clar ce poate fi făcut şi ce trebuie evitat. Persoana devine iertătoare cu toţi, cunoscând că, deoarece experienţa sa este produsul propriilor alegeri, poate fi victimă doar a propriei ignoranţe.

Cea de-a şasea chakra este *Ajna* (centrul dintre sprâncene), de asemenea cunoscută ca fiind centrul de comandă al celui de-al treilea ochi. Este localizată în centrul creierului şi are două petale. Divinitatea care prezidează această chakra este Domnul Iisus Hristos, care reprezintă iertarea şi reînvierea; zeitatea chakrei din stânga este Mahavira, care reprezintă un aspect al inconştientului (Supraeul); zeitatea chakrei din dreapta este Buddha, care reprezintă *ahankar* (Eul). Aspectele pozitive ale centrului sunt vederea, auzul şi gândirea, iar aspectele negative sunt asocierile greşite şi vederea denaturată; aspectele pozitive ale chakrei din stânga sunt memoria şi condiţionările trecutului, iar aspectele negative sunt dependenţele

şi autocompătimirea. Aspectul pozitiv al părţii drepte este starea Eului, aspectele negative sunt grija, atitudinile dăunătoare faţă de alţii şi incorecta reprezentare a lui Dumnezeu. Se presupune că Ajna este chakra cea mai importantă, deoarece aici este locul unde se întâlnesc ida şi pingala. Odată cu sosirea Kundalini la această chakra, o conştiinţă senină aduce liniştea binecuvântată care este inima creaţiei; persoana este în comunicare directă cu creaţia şi primeşte instrucţiuni. Yoghinii trec prin experienţa morţii, Eul este fragmentat în milioane de bucăţi şi persoana intră în starea de *shoonya* (vid), sau nimicul absolut. Aceasta este cea de-a doua naştere din Mama Kundalini, cu binecuvântarea lui Paramashiva. Conform cu mesajul Domnului Iisus Hristos, persoana renaşte şi se naşte din nou într-o nouă conştiinţă a Sinelui. Karma este rezultatul acţiunilor Eului din trecut, dar identitatea cu spiritul duce persoana dincolo de Eu şi karma. Rămăşiţele de imperfecţiune sunt purificate şi karma este arsă în continuare. Compasiunea lui Dumnezeu este exprimată prin iertarea pe care ne-o acordă. Aceasta este definiţia spirituală a iertării – persoana nu-i mai judecă pe alţii ca fiind imperfecţi, ci îi acceptă aşa cum sunt, ca alte manifestări ale lui Dumnezeu. Persoana este acum androginul, *ardhanareeshwara* – jumătate bărbat, jumătate femeie – şi are un echilibru perfect între intelect şi intuiţie. Persoana percepe mai mult decât cele trei sau patru dimensiuni ale realităţii, care nu pot fi descrise, ci doar trăite.

Compasiunea, care anterior era manifestată doar faţă de prieteni, rude şi aceia consideraţi apropiaţi, este, la acest nivel, extinsă la toate fiinţele, deoarece compasiunea persoanei ajunge la nivelul divinităţii. Persoana începe să simtă recunoştinţă chiar şi acelora care i-au fost inamicii personali. Cu toate acestea, tentaţiile continuă să vină, chiar şi în vieţile sfinţilor şi yoghinilor, dar acum ele sunt mult mai subtile. Guru poate de asemenea să greşească sau cel puţin să facă

ceea ce judecata noastră limitată consideră a fi o eroare. Sfinţii, guru sau înţelepţii, care în opinia ta sunt pe un drum greşit şi trebuie aduşi pe calea luminii, sunt în realitate oglinzi, care îţi arată propria ta eroare în a-i judeca pe alţii. Ajna oferă puterea conştiinţei şi a discernământului şi este încoronată cu compasiune.

Cele trei canale – ida, pingala şi sushumna – sunt reprezentate de cele trei mari râuri din mitologie: Gange, Jamuna şi Saraswati. *Sangam*, sau locul de întâlnire sau convergenţa celor trei râuri, este numit Triveni. În zilele noastre, acest loc este în apropiere de localitatea Prayag, sau Allahabad, în India. Conform cu credinţele hinduse, la fiecare doisprezece ani, când Soarele este în constelaţia Vărsătorului, o îmbăiere în acest loc de confluenţă purifică persoana. Ajna este foarte importantă şi este reprezentată în mod simbolic de acest loc de confluenţă. Activarea ei semnifică expansiunea conştiinţei, transcendenţa dualităţilor şi precipitarea la suprafaţă a condiţionărilor karmice. Când este exprimată şi amplificată de un mare efort, transformă persoana de la Eul uman la realizarea lui Dumnezeu. Femeile în India aplică *sindur* (pudră purpurie) în punctul exact al chakrei Ajna, care înseamnă dorinţa de a menţine o conştiinţă constantă şi o trezire a inconştientului pe această chakra. Acest semn nu este unul religios sau o bulină de frumuseţe, cum incorect este considerat în ziua de azi. Bărbaţii de asemenea aplică *tilak* (pastă parfum de lemn plăcut mirositor) pe cel de-al treilea ochi. Scopul sindur sau tilak este de a exercita o presiune constantă asupra nervului care trece dinspre *bhrumadhyaa* (centrul dintre sprâncene) spre medulla oblongata. Mulţi dintre cei care practică acest ritual au uitat de intenţia din spatele îndeplinirii lui. Starea de sănătate a glandei pineale, responsabilă pentru dezvoltarea chakrei Ajna, poate fi regenerată şi menţinută prin tehnici yoghine, precum *trataka* (concentrarea în faţa celui de-al treilea ochi) şi mudra *shanbhavi*.

Cel de-al şaselea simţ, sau intuiţia, lucrează printr-o chakra Ajna activată, care de asemenea dă naştere aptitudinii proiecţiilor astrale şi a viziunilor interioare din starea de vis. Persoana acum stă sub *kalpataru* (copacul care îndeplineşte dorinţele) şi determinările mentale în concordanţă cu dharma sunt imediat convertite în fructele realităţii. Acum individul este un observator detaşat, un martor al tuturor evenimentelor vieţii, deci imun la perturbaţii. Participă la toate aspectele vieţii şi trăieşte din plin, dar acum ca un observator detaşat. Se abandonează şi se deplasează liber prin fluxul rapid al vieţii curgătoare, trezit din visul vieţii şi conştient de dimensiunile superioare prin vise şi viziuni.

Această chakra are două petale. Cea stângă semnifică ida, cea dreaptă semnifică pingala. Cele două se întâlnesc cu canalul central, sushumna, imediat sub chakra Ajna. Literele inscripţionate pe cele două petale sunt *Ham* şi *Ksham*, mantra *bija* (sămânţă) pentru Shiva şi Shakti. Poate fi acum înţeleasă importanţa *shivalingam*. Acesta nu este un simbol falic, ci un simbol al corpului astral al unei persoane. *Lingam* în Muladhara, care se numeşte *dhumra lingam*, are o culoare înnegrită, care reprezintă, altături de instincte, starea nedezvoltată a conştiinţei. Lingam în chakra Ajna, numită *itarakhya lingam*, are o culoare neagră şi reprezintă conştiinţa de Sine şi diferite puteri asociate cu aceasta. Lingam în sahasrara, numită *jyotir lingam*, este luminoasă şi reprezintă o stare iluminată a conştiinţei. În timpul meditaţiei, conştiinţa trece de la o etapă la alta – instinctiv şi agitat, calm şi liniştit, iluminat. Practicanţii sunt martorii celor trei lingam în timpul călătoriei interioare. Ajungerea cu succes la chakra Ajna este indicată de realizarea zeităţii sale, Paramshiva, care, după descrierile tradiţionale, în timpul meditaţiei pe Ajna, străluceşte precum scânteierile unui un lanţ de lumină.

În timpul meditaţiei pe Ajna activată, persoana vede o sursă de foc care străluceşte precum soarele de dimineaţă. Rezultatele meditaţiei pe diferite chakre sunt realizate colectiv doar prin meditaţia pe Ajna chakra. Persoana îşi dă seama de identitatea cu Brahman şi, conform cu preocuparea şi interesul ei, dobândeşte anumite puteri superioare (*siddhis*). De exemplu, pentru scriitori, prin influenţă divină, scrierile lor devin foarte eficiente şi puternice.

Următoarea şi ultima oprire este chakra *Sahasrara*, care este punctul culminant a călătoriei Kundalini. Totuşi, „nu este important pentru noi să ştim cum să ajungem la chakra sahasrara de la chakra Ajna, dar este esenţial ca să ştim cum să activăm Ajna."[1] Dacă chakra Ajna este trezită înaintea altor chakre, practicantul va avea de-a face cu mult mai puţine dificultăţi. Trezirea altor chakre, una câte una, poate aduce câteva dificultăţi majore. De aceea este foarte recomandat să ne concentrăm mai întâi asupra chakrei Ajna, apoi asupra altora. Deoarece chakra Muladhara este conectată intern cu chakra Ajna, trezirea centrului Ajna automat declanşează trezirea Muladhara şi astfel devine mai uşoară şi deschiderea celorlalte chakre.

Cea de-a şaptea chakra este sahasrara chakra (a coroanei), localizată la o distanţă de patru degete deasupra creştetului capului. Ea are 1000 petale. Reprezintă integrarea, liniştea, şi conştiinţa cosmică şi se manifestă ca vibraţii şi adieri răcoroase. Aspectele pozitive sunt depăşirea dualităţii şi a celor trei stări ale fiinţei sau gunas, numite *tamas* (inerţia), *rajas* (activitatea) şi *sattva* (puritatea). Aspectul ei negativ este lipsa de credinţă în conştiinţa divină. Deoarece localizarea sahasrara este în afara corpului fizic, aceasta nu este de fapt o chakră. Este apogeul procesului yoghin şi maximul conştiinţei expandate, simbolizate prin cele 1000 petale. Este Brahman – reprezentat de către *shoonya* (vidul) – nimicul şi totul. Transcendând

toate conceptele, este totuşi, originea tuturor conceptelor. Sosirea Kundalini la chakra Sahasrara marchează unirea dintre Shiva şi Shakti şi începutul samadhi, care este realizarea Sinelui. Între Ajna şi Sahasrara este experienţa morţii, nimicul absolut sau shoonyata (vidul), şi contopirea văzătorului, vederii şi a celui văzut. Aceasta este Nirvana, iluminarea, *nirvikalpa samadhi*, realizarea Sinelui, sau împărăţia lui Dumnezeu. Este o transconştiinţă, conştiinţa identităţii Sinelui ca Dumnezeu.

Conştiinţa este de trei feluri: conştiinţă senzuală (vederea, pipăitul, gustul, mirosul şi auzul), conştiinţa minţii (timp, spaţiu şi obiect), şi transconştiinţa (procesul transcederii experienţei sau samadhi). Samadhi este mai departe clasificată de Patanjali în trei categorii: *savikalpa samadhi* (samadhi cu variaţii), *asampragyata* (samadhi fără conştiinţă) şi *nirvikalpa samadhi* (samadhi fără variaţii). Aşa cum nu-ţi dai seama când copilăria se termină şi tinereţea începe sau când tinereţea se sfârşeşte şi maturitatea începe, de asemenea nu realizezi când meditaţia se termină şi începe samadhi. Persoana nu o poate indica cu precizie; ea este o interacţiune între două stări. Întregul proces este continuu, fiecare stare se contopeşte în următoarea şi se transformă gradual. Când Kundalini se ridică prin diferitele chakre, experienţele sunt indicatoare care arată natura în dezvoltare a conştiinţei. Ele sunt în interiorul dimensiunii savikalpa samadi, cu iluminarea şi întunericul care se întâmplă acum şi atunci. La momentul experienţei morţii la chakra Anja, savikalpa samadi se termină şi nirvikalpa samadhi începe. După Swami Satyananda Saraswati:

> De aici, energiile se contopesc şi curg împreună spre chakra Sahasrara, unde are loc iluminarea. Kundalini care se trezeşte şi samadhi sunt acelaşi lucru. Dacă înţelegi învăţăturile lui Buddha şi a altor mari sfinţi şi învăţători,

vei descoperi că toţi au vorbit despre acelaşi lucru, dar cu cuvinte diferite.[2]

Raja yoga este o abordare intelectuală care duce la cel mai înalt nivel al nirvikalpa samadhim, în timp ce tantra este o abordare emoţională care duce la cel mai înalt nivel al Sahasrara. În ambele cazuri, conştiinţa este aceeaşi.

Multe metode, un singur scop

Aşa cum mâncarea dintr-un vas nu poate fi gătită la flacăra unei lumânări, Kundalini nu poate fi trezit prin rugăciuni limitate sau adoraţie religioasă. Dacă vasul este pus deasupra unei surse de căldură puternice, mâncarea va fi gătită într-un timp foarte scurt. Dacă presiunea spirituală atinge punctul de fierbere, Kundalini poate fi trezit în decursul unei singure vieţi. Conceptul religiei prin dualitate (Dumnezeu din interior şi din exterior) este depăşit. De aceea, adepţii unor religii diferite se luptă între ei. Puterea şi înţelegerea nu s-a trezit în ei, deoarece nu au trecut printr-o transformare interioară. Dacă Krishna, Buddha, Iisus, Mohammed, Zoroastru, Confucius, Lao Tze, Gurdjief, Mahavir, Nanak şi Pitagora ar sta la aceeaşi masă, fiecare ar simţi pentru ceilalţi iubire şi o înţelegere perfectă. Fiecare a avut puteri spirituale trezite printr-un eveniment de criză, care i-a condus pe toţi la unul şi acelaşi Dumnezeu. Este păcat că, în general, adepţii lor nu cunosc şi nu învaţă niciodată să creeze presiune spirituală asupra existenţei lor, rămânând astfel oameni obişnuiţi. Bineînţeles, au existat şi întotdeauna vor exista câţiva oameni în fiecare religie care cunosc secretul şi ajung să atingă scopul.

Calea Integrală prezentată aici, dacă este urmată într-o manieră corectă, poate trezi Kundalini în timpul unei singure

vieţi, şi apoi toţi pot să se alăture acelora care se cunosc că sunt asemenea lui Dumnezeu. Abordarea metodei Calea Integrală acoperă majoritatea disciplinelor dedicate dezvoltării spirituale şi este o şansă foarte mică de eşec, dacă aceasta există, să apară la practicant anormalităţile care uneori rezultă din metodele unilaterale. Bronwyn Fox, un cercetător australian, autor al bestsellerului *Panic: Dont Panic*, este de acord că motivul principal al dereglărilor psihice, de care suferă astăzi un mare număr de oameni în Australia, este instabilitatea modului de viaţă şi al dezvoltării spirituale. Kundalini este o energie cu o capacitate infinită şi este adesea neglijată în drumul călătoriei spirituale.

Diferitele metode discutate în capitolul 25 nu se exclud reciproc; perfecţiunea oricăreia dintre ele va include invariabil elemente din multe altele. De exemplu, indiferent ce metodă foloseşte o persoană, nivelurile ei de dezvoltare sunt întotdeauna văzute în vise. Preoţi din diferite religii au sfătuit dintotdeauna adepţii să acorde atenţie constantă viselor şi să înţeleagă ce transmit acestea. Căile cunoaşterii, evlaviei şi a karmei, practic sunt folosite de yoghini în paralel – mai mult la unii, mai puţin la alţii – şi de asemenea yoghinii îşi amintesc visele pe care le au. Majoritatea practicanţilor sunt căsătoriţi şi religiile tradiţionale le spun că evite sexul, care după ele este un păcat. Astfel că practicanţii sunt într-o dilemă; ei vor să nu mai fie dependenţi de sex, dar nu pot, aşa că trăiesc cu povara vinovăţiei. Deci, indiferent ce cale urmează, practicanţii trebuie să cunoască o modalitate de a nu mai fi subordonaţi dorinţelor sexuale. Iubirea, rugăciunea şi singurătatea sunt fiecare, prin ele însele, căi independente. Dar, indiferent ce cale urmează practicantul, acesta trebuie să iubească intens, deoarece iubirea este Dumnezeu. Cineva are nevoie să trăiască în singurătate suficient timp pentru ca spiritul să poată interacţiona cu

individul. Şi rugăciunea este în mod firesc o parte integrală în majoritatea disciplinelor.

Aşadar, sunt practicate simultan mai multe discipline, şi din acest motiv ashram-urile au fost concepute cu asistenţa unor ghizi spirituali experimentaţi. Totuşi, dacă cineva are capacitatea de a învăţa şi practica, un guru exterior nu este necesar, deşi poate dura puţin mai mult să ajungi la scop. O dată ce ai îndeplinit scopul, aceeaşi experienţă îi aşteaptă pe toţi.

Momentul de la care nu mai există cale de întoarcere

Dumnezeu nu are o existenţă; El este existenţa, iar experimentarea acestei existenţe este numită samadhi. În mod normal, când „bombele atomice interioare" explodează – acest lucru se întâmplă când Kundalini atinge Sahasrara – există o scurtă trăire a morţii şi învierii. Individul trece prin samadhi şi prin experienţa Sinelui sau Dumnezeu, apoi revine schimbat la viaţa cotidiană. Schimbarea apare printr-o a doua naştere; persoana este renăscută, cu o umanitatea la limită, iar de aici începe divinitatea. Dar în întâlnirile târzii cu această realitate, şi câteodată chiar de la primele, persoana poate fi absorbită şi să dispară pentru totdeauna; se poate să nu se întoarcă din această vizită spirituală la existenţa normală pe care a avut-o înainte de samadhi. Moare la nivelul fizic şi are loc translaţia într-o dimensiune superioară. Aceasta se numeşte „momentul de la care nu mai există întoarcere". Meher Baba a fost pierdut într-o astfel de stare timp de patru sau cinci zile; el nu a ştiut cu ce a fost îmbrăcat, ce a mâncat sau ce a făcut. Ramakrishna intra într-o astfel de stare la simpla auzire a numelui Ram sau

Krishna sau la vederea unui templu sau a oricărei forme religioase.

Într-o asftel de situaţie este necesară o conştiinţă deosebită. Meher Baba s-a întors deoarece avea discipoli de care trebuia să aibă grijă; Ramakrishna a rămas în principal datorită unuia dintre nepoţii săi. Ori de câte ori Ramakrishna intra într-o astfel de stare, nepotul său favorit îl hrănea sau îi făcea masaj pentru a-i optimiza respiraţia. Lumea cunoaşte numele lui Vivekananda, care a propovăduit învăţăturile lui Ramakrishna, dar nimeni nu cunoaşte numele nepotului care l-a salvat pentru această lume. Ramakrishna de asemenea a rămas pe pământ să ducă în lume mesajul spiritual, păstrându-şi apetitul pentru mâncărurile deosebite şi noile varietăţi culinare. Cineva l-a întrebat care este raţiunea mâncării gustoase. El a explicat că interesul pentru mâncare îl ţinea în viaţă pentru această lume, dar şi-a pierdut acest interes când i s-a atras atenţia asupra acestui lucru. Trei sau patru zile mai târziu, era mort. Nici un ataşament nu-l mai putea ţine pe pământ. Fără a fi implicat într-o şcoală, un grup sau un ashram, omul fie că nu este capabil să intre în starea de samadhi, fie, odată acolo, nu va fi capabil să se întoarcă la viaţa normală decât dacă este suficient de matur spiritual. De aceea, este recomandată o oarecare formă de organizare pentru persoana care doreşte să intre în samadhi. În mod normal, destinul karmic le poate permite unora să nu aibă nevoie de o organizaţie care să-i ţină pe pământ. Prezenţa lor este solicitată de o nevoie pe care lumea o are de la ei şi vor sta pe pământ până când responsabilităţile lor faţă de acea nevoie sunt îndeplinite.

Starea de samadhi aduce o fericire deosebită şi este foarte dificil să opreşti rapid această experienţă. Aşa cum am subliniat mai înainte, persoana ajunge în această stare şi se întoarce. Probabil că acesta este planul naturii. Dar în circumstanţe repetate, într-o bună zi, persoana se afundă în starea samadhi

pentru a nu mai reveni niciodată. Pot să spun acest lucru din propria experienţă şi îmi aduc aminte de acest lucru înainte să intru în samadhi, când sunt singur. Bineînţeles că într-o zi se va întâmpla, dar aceia care pot transmite lumii adevărul, într-un mod sau altul, şi aceia care nu doresc să-şi menţină o legătură chiar cu această activitate – deoarece aceasta poate fi sămânţa unei viitoare reîncarnări – ar dori să-şi păstreze existenţa alocată pe pământ într-un mod firesc.

Aş dori să spun aici că regula „destinului rigid" nu se aplică yoghinilor, care sunt aceia care au învins forţa gravitaţiei. Un yoghin îşi construieşte singur destinul şi este liber să-şi aleagă momentul morţii. Sunt nenumărate suflete împlinite care sunt necunoscute lumii deoarece nu au avut un antrenament aşa cum este scris în cărţi sau nu au avut un impact recunoscut asupra lumii, dintr-un motiv sau altul. Îi cunoaştem doar pe aceia care au mers dincolo, care ne pot spune experienţele lor şi ne învaţă despre ce este dincolo, în măsura în care acestea pot trece peste barierele comunicării. Nu există o altă sursă. Nu este neobişnuit să descoperim că interesul deosebit pentru vieţile sfinţilor şi profeţilor sau a altor suflete împlinite îi ţine în viaţă şi pe pământ. De aceea, aceşti oameni nu ar trebui să fie criticaţi în baza acestui interes special şi trebuie să fie lăsaţi neinfluenţaţi ca propovăduitori ai adevărului.

CUVÂNT DE ÎNCHEIERE

Cred că o parte din interesul şi valoarea acestei cărţi stă în sublinierea fundaţiilor asemănătoare dintre toate religiile tradiţionale. Întotdeauna există în lume două căi principale bazate pe credinţa în polaritate. Acestea sunt judecăţi de valoare, precum corect şi greşit, bine şi rău, înăuntru sau în afară. Putem căuta pacea reciprocă prin explorarea tuturor învăţăturilor dogmatice ale diferitelor religii aflate în competiţie şi, după o comparaţie extinsă a lor, să ajungem la înţelegerea că toate propovăduiesc acelaşi lucru. Religia solicită adeziune. Majoritatea oamenilor din lume au fost condiţionaţi să creadă că vânarea unui scop al doctrinei religioase, care le este exterior, îi va conduce la pace, fericire şi, în cele din urmă, vor trăi definiţia particulară a unei religii pentru rai. Ei încearcă să convingă sau să constrângă fiecare persoană de pe planetă că sunt posesorii singurei doctrine care este corectă şi că Dumnezeu îi aprobă. Ar fi pace doar dacă, într-o bună zi, fiecare ar învăţa numele unic şi singurul adevărat al lui Dumnezeu, oricare ar fi acesta. Ceea ce competitorii religioşi uită frecvent sunt cele două îndemnuri puternice care stau la baza tuturor scripturilor – iubirea şi compasiunea – care sunt complet opuse competiţiei şi judecăţilor religioase.

Acesta este motivul, în ciuda tuturor energiilor consumate de-a lungul miilor de ani, pentru care pacea de durată nu a venit încă. Pacea, fericirea, iubirea şi raiul nu se găsesc în afara inimilor noastre. Pacea, fericirea, iubirea şi raiul se găsesc în propria noastră fiinţă. Din iubire am ajuns să existăm. Toţi oamenii din întreaga lume doresc aceleaşi două

lucruri, fericirea şi evadarea din suferinţă. Şi, ca de obicei, există o altă metodă de a descoperi acest lucru. Studiul scripturilor şi observarea a ceea ce nu suntem poate să ne conducă la ceea ce suntem. Aceasta ne va duce pe altă cale.

Conştiinţa cosmica este o stare deja existentă care aşteaptă să fie redescoperită de fiecare în interiorul său. În starea de conştiinţă cosmică, realitatea a ceea ce suntem cu adevărat ne apare aşa cum soarele răsare în fiecare dimineaţă. Răsăritul apare deoarece întotdeauna a fost acolo, doar în timpul nopţii a fost ascuns în umbra corpului pământului, aşa cum credinţele noastre temătoare sunt o umbră neagră care ne separă de inimile noastre, de iubire şi de adevărata natură a tot ceea ce există. Ceva similar se petrece când ne identificăm cu corpurile noastre şi frica pierderilor de asemenea va fi pierderea a ceea ce simţim că suntem. Conştiinţa noastră cosmică este umbrită de confuzia că noi suntem corpurile cu care ne-am identificat. Conştiinţa cosmică este experienţa directă nu numai a universului şi a adevăratei naturi a lui Dumnezeu; este de asemenea experienţa adevărului fiinţei noastre. În acel prim moment al răsăritului, umbra temătoare a confuziei începe să se evapore în faţa luminii iubirii universale. Acesta este un fenomen pur natural care nu poate fi forţat sau falsificat şi se va manifesta în toate fiinţele la un anumit moment în evoluţia spirituală infinită a propriei fiinţe. Poate că îi putem întârzia sosirea prin trecerea prin viaţă într-un mod delăsător, dar trezirea noastră spirituală este la fel de inevitabilă ca şi justificarea existenţei noastre. Exista, de asemenea o posibilitate puternică de a încuraja şi accelera această trezire.

Trezirea energiei Kundalini este o modalitate de a începe trezirea conştiinţei cosmice şi de a dobândi eliberarea din experienţa reîncarnărilor bazate pe teamă şi judecată. Această carte are informaţia care să ajute aspiranţii spirituali să-şi

găsească propria cale. Conştiinţa cosmică este latentă în interiorul nostru, la fel şi calea de a o realiza.

Experienţele proprii de viaţă şi acelea ale oamenilor din jurul nostru ne oferă indiciile naturii universului, aşa cum visele şi viziunile ne arată posibilitatea altor adevăruri şi realităţi. Experienţele de moarte clinică în care evenimente la care persoanele respective sunt martori sunt mai departe confirmate ca fiind corecte şi amintirile vieţilor trecute care au fost confirmate ca evenimente adevărate sunt două exemple ale altor realităţi. Încetinirea percepţiei în timpul unei crize periculoase poate genera o înţelegere a iluziei timpului şi a adevărului limitat despre viteza luminii. Într-adevăr, orice percepem ca fiind realitate este în mod fundamental un eveniment cuantic. Aceste tipuri de experienţe vor conduce la împlinirea a patru adevăruri fundamentale, cosmic veşnice:

1. Existăm veşnic, fără început şi fără sfârşit. Nu suntem născuţi şi nu putem muri.

2. Suntem parte a toate, iar toate care sunt în interiorul nostru sunt.

3. Legea cauzei şi efectului; ceea ce trimitem în exterior este ceea ce primim, fără excepţii şi în cele mai mici detalii.

4. Cu excepţia acestor legi, totul în univers este într-o stare constantă de transformare.

Dorinţa de înţelegere dezvoltă conştiinţa, creând astfel posibilitatea pentru o experienţă extinsă. Definirea şi evaluarea conştiinţei de moment ne deschide către experienţe mai deosebite. Extinderea conştiinţei se poate realiza printr-o dorinţă educată sau printr-o spontaneitate naturală. O experienţă de moarte clinică este în mod natural spontană şi experienţele de extracorporalizare orientate în mod conştient spre alte locuri de pe pământ sau în dimensiunile astrale pot fi rezultatul dorinţei educate. Dorinţa pentru trezire spirituală poate apare

ca o parte înnăscută a tendinţei personalităţii sau să evolueze lent de-a lungul unei vieţi în care se dobândeşte suficientă cunoaştere pentru a descoperi că trezirea există şi că este o realitate realizabilă. La sosirea trezirii şi realizării Sinelui, mult din povara cunoaşterii evaluative şi polarizate este eliberată înapoi în iluzia de unde a provenit. Această eliberare, atât de căutată de umanitate, este eliberarea din credinţa noastră în frică şi judecată. Ne căutăm salvarea din propriile noastre convingeri. Realizarea lui Dumnezeu este acea salvare; ea vine din interior. Întreaga umanitate este în cele din urmă un candidat pentru conştiinţa cosmică, indiferent daca aceasta apare ca un eveniment spontan care ia naştere în urma unei crize sau dacă este urmărită conştient cu o inimă deschisă. Învăţarea firescului naturii trezirii este o confirmare pentru discipolii eliberării, educaţi spiritual şi învăţaţi, ca şi pentru aceia în care experienţa este bruscă şi neaşteptată.

Această carte oferă un fragment din realitatea conştiinţei cosmice şi o varietate de moduri de a descoperi aceeaşi realitate în interiorul nostru. Sunt mai multe căi decât acelea prezentate în carte; întotdeauna ţine de noi să ne alegem propria cale. Întotdeauna ni se vor oferi cele două căi complementare – interioară şi exterioară – acceptând responsabilitatea sau refuzând-o, mergând spre ceea ce ne incită sau îndepărtându-ne de temeri. Nu trebuie să se facă confuzia care cale este mai potrivită, deoarece simpla intenţie de a alege orice cale dată va produce rezultate.

Mintea şi trupul sunt interconectate şi complementare. Kundalini este o energie fizică care solicită o minte psihică şi un trup prin care să se manifeste. Un trup sănătos şi o minte clară oferă energiei Kundalini un loc de a se manifesta. Un motiv pentru care se poate să fim alcătuiţi într-o formă organică fizică este de a avea un vehicul prin care să iniţiem transformarea.

Calea conştiinţei poate fi traversată mai uşor cu antrenament, deoarece suntem mai puţin predispuşi să credem că

experienţele sunt halucinaţii sau că ne pierdem minţile. Destinul nostru karmic ne oferă toate instrumentele de care avem nevoie. Viaţa fiecărei persoane este un curent constant de alegeri şi oportunităţi. Simpla credinţă că, indiferent ceea ce sufletul îţi oferă sau te îndrumă, este cea mai compătimitoare posibilă. Este tot ceea ce credinţele tale vor permite. Această încredere în perfecţiune şi iubire te va însoţi de-a lungul tuturor transformărilor care au loc în timpul vieţii.

De-a lungul timpului am fost fascinat de vindecare. În mod obişnuit, ideea vindecării a fost limitată la legăturile cu corpul fizic şi emoţional şi am fost învăţaţi să o privim ca pe un eveniment singular. Vedem uneori că este greşit şi dorim să o corectăm de la greşit la corect. Este o altă modalitate de a înţelege vindecarea. Trăim în curentul timpului existenţei. În acelaşi mod în care vedem un râu ca o întreagă entitate compusă din câteva elemente, curentul existenţei este compus din elemente precum iubirea, compasiunea, pacea şi vindecarea. Şi curgerea lui este eternă. În fiecare moment, suntem într-o continuă stare de vindecare. Poate că ceea ce dorim să vindecăm în corpul fizic poate de fapt să nu fie corpul nostru. Poate că avem o experienţă fizică pentru a oferi un punct de reper conştiinţei noastre pentru a realiza că singurul lucru pe care cu adevărat îl putem vindeca este credinţa noastră temătoare. Trezirea Kundalini şi, ulterior, expandarea conştiinţei sunt instrumente puternice ale abilităţii noastre de a vindeca şi a evolua spiritual. Vindecarea fricii şi evoluţia spirituală sunt reciproc dependente. Kundalini este energia clarităţii. Pe când se ridică în etapele iniţiale, poate exista o mare confuzie, dar când este pe deplin trezită, abilitatea de concentrare şi înţelegere a naturii realităţii fundamentale şi unificate prin iubire, răsare cu lumina clară a sufletului.

– JONATHAN BARBER

NOTE

Abrevieri: f.r. = fără dată, f.l. = fără loc,
JRPR = Journal of Religion and Psychical Research

Cuvânt înainte

[1] C.G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections* (New York: Vintage Books, 1989), p. 314.
[2] Robert Jaz Lifton, MD, *The Broken Connection* (Washington, DC: American Psychiatric Press, 1979), p. 47.

Capitolul 1

[1] Dr. Don Morse, *Searching for Eternity* (Memphis, TN: EagleWing Books, Inc., 2000).
[2] Printre ei Edgar Cayce, Dr. Ian Stevenson, Dr. Michael Newton.
[3] Swami Prabhubad, *Bhagavad-Gita As It Is* (Los Angeles: The Bhaktivedanta Book Trust, 1968).
[4] C. G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Double Day & Co., 1964).

Capitolul 2

[1] Swami Prabhubad, *Bhagavad-Gita As It Is* (Los Angeles: The Bhaktivedanta Book Trust, 1968).
[2] Aldous Huxley, *The Perennial Philosophy* (New York: Harper & Row Publishers, 1944).
[3] Echo Bodine, *Echoes of the Soul* (Novato, CA: New World Library, 1999).
[4] Paul Twitchell, *Stranger by the River* (Minneapolis, MN: Eckankar, 1987).
[5] Gary Zukav, *The Seat of the Soul* (New York: A Fireside Book, 1989).
[6] Terrill Wilson, *How I Learnt Soul Travel* (Minneapolis, MN: Eckankar, 1987).

[7] Michael Newton, *Journeys of the Soul* (St. Paul, MN: Llewellyn Publishers, 1994).

[8] Rosemary Ellen Guiley, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experiences* (San Francisco: Harper San Francisco, 1991).

[9] Ravindra Kumar, Kundalini for Beginners (St. Paul, MN: Llewellyn Publishers, 2000).

[10] Bodine, *Echoes of the Soul.*

Capitolul 3

[1] Michael Newton, *Destiny of Souls* (St. Paul, MN: Llewellyn Publications, 2000).

[2] Pentru a indica experienţele spiritelor individuale în planul astral sau în alte planuri, se recurge la lucrări ce aparţin următorilor: Swain (1974), O'Brien (1989, 1991), Haslop (f.d.), Borgia (f.d.), Sted (1897), Yogananda (1986), Sherwood (f.d.), Rocher (f.d.), Pike (f.d.), Myers (1954) şi mulţi alţii. De asemenea, a se vedea lucrarea excepţională a lui dr. Stevenson, *20 Cases suggestive of Reincarnation* (1974).

[3] Rosemary Ellen Guiley, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experiences* (San Francisco: HarperSan Francisco, 1991), p. 399. Barbara Harris Whitfield (1995) şi Diane Globe (1993) sunt două scriitoare pe care le cunosc personal şi care au avut experienţe similare. Ele au oferit o relatare minunată a lumii de dincolo. Alţi scriitori remarcabili în acest domeniu sunt Atwater (1988), Moody (1975), Ring (1984, 1993), Ring şi Rosing (1990), Grosso (1992), Doyle (29) şi Zaleski (1987).

[4] Jasper Swain, *On the Death of My Son* (Londra, Marea Britanie: Turnstone Books, 1974).

[5] Herald Klemp, *The Eck Dream 2 Discourses, No. 11* (Minneapolis, MN: Eckankar, 1990).

[6] Există o serie de cărţi scrise de Stephen O'Brien din Swansea, Marea Britanie, despre viaţa în lumile de dincolo. El ţine cursuri cu câteva sute de oameni într-o sală şi îi pune să facă schimb de informaţii cu rudele lor moarte şi cu prietenii lor morţi, folosindu-l pe el ca mediu. O'Brien a vizitat subdiviziunile inferioare ale planului astral de câteva ori şi a întâlnit oameni care îşi creaseră propriul iad. Sri Yukteshwar Giri, guru lui Swami Yogananda, afirma că el (Giri) este ocupat în mod constant să ajute oameni dintr-o sferă mai înaltă. Paul Twitchell şi Harold Klemp au fost vizitatori regulaţi ai diferitelor subdiviziuni ale planului astral şi experienţele lor confirmă textul din acest paragraf.

[7] Martinus, *The Fate of Mankind* (Copenhaga: Martinus Institute, 1933). Traducerea în engleză în 1986.

[8] Paramahansa Yogananda, *Autobiography of a Yogi* (New Delhi, India: Jaico Publishing House, 1986). Swami Muktananda, *Chitshakti Vilas* (The Play of Consciousness) (Maharashtra, India: Gurudev Siddhapeeth, 1972). Swami Sivananda, Kundalini Yoga (Sivananda Nagar, Tehri Garhval, India: The Divine Life Society, 1991).

[9] Harold Klemp, *Letters of Light and Sound 1* (Minneapolis, MN: Eckankar, 1992), p. 46.

[10] M. Rajeshwar Rao, *The Legend of Sri Shirdi Sai Baba and His Teachings* (Secunderabad, India: Sri Sai Baba Mandir, f.d.).

[11] C. W. Leadbeater, *The Astral Plane* (Madras, India: The Theosophical Publishing House, 1933).

[12] Martinus, *The Fate of Mankind*, pp. 22-23.

Capitolul 4

[1] C. W. Leadbeater, *The Astral Plane* (Madras, India: The Theosophical Publishing House, 1933), p.5.

[2] C. W. Leadbeater şi doamna Annie Besant au avut cunoştinţă de planul astral, câştigată prin cel de-al treilea ochi sau prin proiecţii astrale. *The Other Side of Death* şi *The Astral Plane* au fost scrise de Leadbeater (1933) şi *Death and After* de Annie Besant (1923). Acestea conţin minunate detalii ale planului astral. James A. Pike a dat o descriere ştiinţifică a lumii de dincolo în cartea *The Other Side* (f.d.). Mediul de origine britanică Ivor James vorbeşte, de asemenea, despre şapte subdiviziuni ale planului astral în *The Astral World* (AudioTape, Londra, Marea Britanie: 1996).

[3] A se vedea, pentru exemplu, cărţile scrise de Yogananda, Muktananda, Sri Aurobindo şi Gopi Krishna.

[4] Alexandra David-Neel, *Magic and Mystery in Tibet* (New York: Dover Publications, 1971).

Capitolul 5

[1] Yukteshwar Giri, *The Holy Science* (Los Angeles: Self Realization Fellowship, 1984).

[2] Una dintre cele mai cunoscute cărţi din acest domeniu este *Raymond*, scrisă de Raymond Lodge după ce l-a contactat pe tatăl său, un faimos om de ştiinţă, Sir Oliver Lodge, cândva după ce acesta din urmă a murit. Altă carte, *Post-mortem Journal*, a fost scrisă când

Laurenţiu al Arabiei s-a întâlnit cu prietena sa scriitoare, Jane Sherwood, la puţin timp după moartea ei. *Beyond the Horizon* a fost scrisă când domnul Gordon şi-a contactat prietenul scriitor Grace Rocher, după moartea lui. *After Death* a fost tradusă în multe limbi şi a apărut în câteva ediţii. A fost scrisă când W.T. Sted a contactat-o pe prietena sa, Julia, după moartea ei. *Life in the World Unseen* şi *More about Life in the World Unseen* sunt două cărţi scrise când monsenior Robert Hufbenson l-a contactat pe Anthony Borgia după moartea lui.

[3] C.W. Leadbeater, *The Astral Plane* (Madras, India: The Theosophical Publishing House, 1933), p.6.

[4] Pundrik C. Mehta, *The Fundamentals of Indian Philosophy* (Curs prin corespondenţă, Hindu University, Florida: 1994). D.R. Vaze, Upanishads Chetna Sanstha and Kundalini (Pune, India: Research Thesis, f.d.).

[5] J.D. Goyal, *Mrityu ke Bad (Occult Science)* (New Delhi: Hind Pocket Books, 1996).

Capitolul 6

[1] Mohini M. Chatterji, *Viveka-cudamani* (Adyar, India: The Theosophical Publishing House, 1932), p. 165.

[2] Jasper Swain, *On the Death of My Son* (Londra: Turnstone Books, 1974).

[3] John White, „The awakening of Kundalini," *Ascent Magazine*, 07, toamna 2000, Montreal, Canada, pp. 11-12.

[4] Gene Kieffer, „Mr. Krishna, the Biggest Story of the Century," *Ascent Magazine*, 07, toamna 2000, Montreal, Canada, p. 40.

[5] Robert Scheer, „Kundalini in Peru," *Ascent Magazine*, 07, toamna 2000, Montreal, Canada, pp. 46-47.

Capitolul 7

[1] Erik Gerner Larsson, *Martinus* (Copenhaga: Martinus Institute, 1963).

[2] Ronald S. Lello, *Revelations-Glimpses of Reality* (Londra: Shephard-Walwyn Ltd., 1985).

[3] Larsson, *Martinus*, p. 31.

[4] Larsson, *Martinus*, p. 34.

[5] Larsson, *Martinus*, p. xiv.

[6] Secolul 20 a produs, în ultimii ani, mulţi coloşi spirituali care au dat, în scrierile lor, o explicaţie lucidă şi minuţioasă a spiritului şi a lui

Dumnezeu. Printre aceştia s-au remarcat: Ramakrishna Paramahansa, Vivekananda, Yukteshwar (1984), Yogananda (1986), Meher Baba (1967), Muktananda (1972), Sivananda (1991), Gopi Krishna (1975), Vishnu Tirtha (1993), Asaramji (1994), Satyananda Saraswati (1984) şi Vimalananda (1994). Anne Bancroft (1976) a făcut o scurtă trecere în revistă a sfinţilor secolului actual în *Twentieth Century Mystics and Sages*.

7 Nick Herbert, *Quantum Reality* (New York: Double Day, Anchor Books, 1987), p. 15.

8 R. L. Morris şi M. L. Edge, *Foundations of Parapsychology* (Boston: Routledge and Kegan Paul, 1986).

9 Proprietăţile Quantumului enumerate de fizicianul Amit Goswami (1993) sunt prezentate mai târziu.

10 Helena P. Blavatsky, *Collected Writings*, 16 volume (Wheaton, IL: Theosophical Publishing House, 1980-1988).

11 Satprem, *Evolution II* (New York: Institute for Evolutionary Research, 1992), pp. 4-5.

12 Joel Beversluis, *A Source Book for Earth's Community of Religions* (Grand Rapids, MI: CoNexus Press & NY: Global Ed. Associates, 1995), p. 285.

13 Claire G. Walker, *The Psychic Revolution of the 20th Century and Our Psychic Sense* (Seal Beach, CA: Psychic Sense Publishers, 1997), p. 135.

Capitolul 8

1 C.G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, înregistrat şi editat de Aniela Jaffe. (New York: Random House, 1961), pp. 274-275.

2 Satya Prakash Singh, *Sri Aurobindo and Jung* (Aligarh, India: Madhuchhandas, 1986), p. 73.

3 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1970), p. 357.

4 Sri Aurobindo, *The Life Divine*, pp. 268-269.

5 *Ibid.*, p. 644.

6 Singh, *Sri Aurobindo and Jung*, p. 42.

7 Ravindra Kumar, „Journey Back Home-IV, Personality Transformation with Chakras," *JRPR*, octombrie '94.

8 Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, p. 5.

9 Rashid Field, The Last Barrier (New York: Harper & Row Publishers, 1976), p. 82.

[10] Sri Aurobindo, *The Synthesis of Yoga* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.), p. 779.

[11] Sri Aurobindo, *Savitri* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.), pp. 311-312.

[12] Sri Aurobindo, *Letters on Yoga*, partea a treia (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1958), p. 1070.

[13] R. M. Bucke, *Cosmic Consciousness* (Secaucus, NJ: The Citadel Press, 1961).

[14] Aurobindo, *Letters on Yoga*, p. 316.

[15] Aurobindo, *The Life Divine*, p. 660.

[16] *Ibid.*, p. 108.

[17] Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, p. 69.

[18] Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, volumul XIV, p. 122.

[19] Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, volumul IX, partea întâi, p. 171.

[20] Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, volumul V, pp. 391-393.

[21] Mohini M. Chatterji, *Vivek Chudamani or The Crest Jewel of Wisdom of Sri Samkaracharya* (Adyar, Madras, India: TPS, 1932), p. 94.

[22] Aldous Huxley, *The Perennial Philosophy* (New York: Harper & Row Publishers, 1944).

[23] Meher Baba, *Discourses by Meher Baba Vol. I, II, III.* (San Francisco: Sufism Reoriented Inc., 1967), p. 39.

[24] Aurobindo, *The Life Divine*, p. 1019.

Capitolul 9

[1] Satprem, *On the Way to Supermanhood* (New York: Institute for Evolutionary Researcjh, 1985), pp. 157-159.

[2] Satprem, *On the Way to Supermanhood*, pp. 268-269.

[3] Satprem, *On the Way to Supermanhood*, p. 331.

[4] Pentru detalii, a se vedea Satya Prakash Singh, *Sri Aurobindo and Jung* (Aligarh, India: Madhuchhandas, 1986), p. 72 şi Satprem, *On the Way to Supermanhood*, p. 275.

[5] Satprem, *On the Way to Supermanhood*, p. 299.

[6] Joel Beversluis, *A Source Book for Earth's Community of Religions* (Grand Rapids, MI: CoNexus Press & NY: Global Ed. Associates, 1995), pp. 84-85, 285.

[7] Sri Aurobindo, *Savitri* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.), pp. 594-595.

[8] Leroy E. Zemke, *Thoughts for Transformation* (Florida: Emberlight Publishers, 1996), p. 156.

[9] Saint Asaramji, *Suchha Sukh* (Sabarmati, Ahmadabad, India: Saint Asaramji Ashram, 1994).

[10] Helena Blavatsky, *Collected Writings* 16 volume (Wheaton, IL: Theosophical Publishing House, 1980-1988), p. 75.

[11] Gary Zukav, *The Seat of the Soul* (New York: Fireside Book, Simon & Schuster, 1989)

[12] Annie Besant, *Initiation: The Perfecting of Man* (Chicago, IL: Theosophical Press, 1923), p. 213.

[13] Claire G. Walker, *The Psychic Revolution of the 20th Century and Our Psychic Sense* (Seal Beach, CA: Psychic Sense Publishers, 1997), p. 77.

[14] C. G. Jung, *The Collected Works* vol. XII (New York: Bollingen-Pantheon, f.d.), pp. 43-45.

[15] Jung, *The Collected Works* vol. XII, p. 200.

[16] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, pp. 151-152.

[17] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, pp. 414, 318.

[18] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, pp. 282-283.

[19] Jung, *The Collected Works* vol. IX, partea a doua, p. 261.

[20] Singh, *Sri Aurobindo and Jung*, p. 118.

[21] Jung, *The Collected Works* vol. V, pp. 136-137.

[22] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, p. 181.

[23] Jung, *The Collected Works* vol. VI, (New York: Bollingen-Pantheon, f.d.), p. 593.

[24] Jung, *The Collected Works* vol. VI, p. 588.

[25] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, p. 414.

[26] Sri Aurobindo, *The Synthesis of Yoga* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.), pp. 206-207.

[27] *Ibid.*, pp. 206-207.

[28] *Ibid.*, p. 843.

[29] *Ibid.*, p. 170.

[30] Sri Aurobindo, *Letters on Yoga* partea a treia (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1958), p. 1070.

[31] Aurobindo, *Letters on Yoga* partea a treia, p. 279.

[32] Singh, Sri Aurobindo and Jung, pp. 133-134.

[33] Brad Steiger, *In My Soul I Am Free* (Minneapolis, MN: Eckankar Books, 1988).

[34] Amit Goswami, Richard E. Reed şi Maggie Goswami, *The Self-Aware Universe* (New York: Jeremy P. Tarcher / Putnam Book, G.P.Putnam's Sons, 1993), p. 9.

Capitolul 10

[1] Chakrapani, „Chamatkar hi tha Vah," *Manohar Kahania*, 281 Muthi Ganj, Allahabad, martie '97.

[2] A Hamid, A. „Ma Ka Dil," *Manohar Kahania*, 281 Muthi Ganj, Allahabad, martie '97.

[3] Chakrapani, „Trikal Siddhi," *Manohar Kahania*, 281 Muthi Ganj, Allahabad, mai '97.

Capitolul 11

[1] Claire G. Walker, *The Psychic Revolution of the 20th Century and Our Psychic Sense* (Seal Beach, CA: Psychic Sense Publishers, 1997), p. 20.

[2] Amit Goswami, Richard E. Reed şi Maggie Goswami, *The Self-Aware Universe* (New York: Jeremy P. Tarcher / Putnam Book, G.P.Putnam's Sons, 1993), p. 9.

[3] Nick Herbert, *Quantum Reality* (New York: Double Day, Anchor Books, 1987), pp. 16-27.

[4] Herbert, *Quantum Reality*, pp. 27-29.

[5] Walker, *The Psychic Revolution*, p. 134.

[6] Herbert, *Quantum Reality*, p. 15.

[7] Pentru mai multe detalii despre atributele lui Atman, a se vedea *Perennial Philosophy* de Aldous Huxley (New York: Harper & Row Publishers, 1944).

[8] Manly P. Hall, *An Encyclopedic Outline of Masonic, Hermetic, Qabbalistic and Rosicrucian Symbolical Philosophy* (San Francisco: H.S. Crocker & Co., 1928). Max Long, *The Huna Code in Religions* (California: Huna Research Publications, 1965).

[9] Mohini M. Chatterji, *Vivek Chudamani or The Crest Jewel of Wisdom of Sri Samkaracharya* (Adyar, Madras, India: TPS, 1932), p. 94.

[10] Meher Baba, *Discourses by Meher Baba* vol. I, II, III (San Francisco: Sufisism Reoriented Inc., 1967).

[11] Anne Bancroft, *Twentieth-Century Mystics and Sages* (Londra: Penguin Group, 1976).

[12] Ravindra Kumar, „Journey Back Home-IV, Personality Transformation with Chakras," *JRPR*, octombrie '94.

[13] Nisargatta Maharaj, *I Am That* (f.l.: Advaita Press, f.d.).

[14] Ecuaţie celebră din fizică, unde „E" reprezintă energia eliberată la dezintegrarea unui atom, „m" reprezintă masa şi „c" reprezintă viteza luminii.

Capitolul 12

[1] Sri Aurobindo, *The Life Divine* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1970), p. 357.
[2] *Ibid.*, pp. 1124-1125.
[3] *Ibid.*, p. 1118.
[4] *Ibid.*, pp. 603-604.
[5] *The Collected Works* vol. VI, pp. 695-696.
[6] Satya Prakash Singh, Sri Aurobindo and Jung (Aligarh, India: Madhuchhandas, 1986), p. 39.
[7] C. G. Jung, *The Collected Works* vol. IX, partea a doua (New York: Bollingen-Pantheon, f.d.), p. 275.
[8] Chaturbhuj Sahai, Sadhana ke Anubhav (Mathura, India: Ramashraya Satsanga, 1987).
[9] Jung, *The Collected Works* vol. IX, partea a doua, p. 180.
[10] Jung, *The Collected Works* vol. VIII, p. 25
[11] Jung, *The Collected Works* vol. VI, (New York: Bollingen-Pantheon, f.d.), p. 225.
[12] Ravindra Kumar, „Psychic Individuation and Self-Realization-I," *JRPR*, iulie '97.
[13] Singh, Sri Aurobindo and Jung, p. 156.
[14] *Ibid.*, p. 157.

Capitolul 13

[1] Satya Prakash Singh, *Sri Aurobindo and Jung* (Aligarh, India: Madhuchhandas, 1986), pp. 161-162.
[2] *Ibid.*, p. 163.
[3] Sri Aurobindo, *The Life Divine* (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1970).
[4] Sri Aurobindo, *Letters on Yoga*, partea a treia (Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1958), p. 899.
[5] Aurobindo, *The Life Divine*, pp. 262-264.
[6] Aurobindo, *Letters on Yoga*, p. 725.
[7] Singh, *Sri Aurobindo and Jung*, p. 170.
[8] Aurobindo, *The Life Divine*, pp. 1970-1972.
[9] Singh, *Sri Aurobindo and Jung*, p. 175.
[10] *Ibid.*, p. 177.

Capitolul 14

[1] Erik Gerner Larsson, *Martinus* (Copenhaga: Martinus Institute, 1963), pp. 10-11.
[2] *Ibid.*, p. 27.
[3] *Ibid.*, pp. 30-33.
[4] *Ibid.*, p. 36.

Capitolul 15

[1] Sri Aurobindo, The Yoga of Divine Works-Karmayoga (Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1986).
[2] *Ibid.*, p. 327.
[3] *Ibid.*, p. 21.

Capitolul 16

[1] Sri Aurobindo, Thoughts and Aphorisms (Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1982), pp. 1-25.
[2] *Ibid.*, p. 25.
[3] *Ibid.*, p. 19.
[4] *Ibid.*, p. 15.
[5] *Ibid.*, p. 16.
[6] *Ibid.*, p. 27.
[7] *Ibid.*, p. 28.
[8] *Ibid.*, p. 17.
[9] Sri Aurobindo, *The Eternal Wisdom* (Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1993), p. 239.
[10] *Ibid.*, p. 239.
[11] *Ibid.*, pp. 239-240.
[12] *Ibid.*, p. 246.
[13] *Ibid.*, p. 246.
[14] *Ibid.*, p. 244.
[15] *Ibid.*, p. 244.

Capitolul 17

[1] Swami Prabhupad, *Bhagavad-Gita As It Is* (New York: Bhaktivedanta Book Trust, 1969).
[2] Hanumanprasad Poddar, *The Philosophy of Love* (Rajgangpur, India: Orissa, 1978).

[3] Chaturbhuj Sahai, *Saint Sri Mirabai* (Mathura, India: Ramashraya Satsanga, 1990).
[4] Prabhupad, *Bhagavad-Gita As It Is*, pp. 6, 47.
[5] Bhakti Sutra, rândul 25.
[6] Poddar, *The Philosophy of Love*, p. 185.
[7] *Ibid.*, pp. 197-199.
[8] *Ibid.*, p. 208-209.
[9] Prabhupad, *Bhagavad-Gita As It Is*, pp. 611-635.
[10] *Ibid.*, p. 268.
[11] *Ibid.*, p. 629.
[12] *Ibid.*, p. 630.
[13] *Ibid.*, p. 631.
[14] *Ibid.*, p. 632.
[15] *Ibid.*, p. 634.
[16] Poddar, *The Philosophy of Love*, p. 247.
[17] *Ibid.*, p. 248.
[18] Sri Aurobindo, *Thoughts and Aphorisms* (Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1982).
[19] Chaturbhuj Sahai, *Saint Sri Mirabai* (Mathura, India: Ramashraya Satsanga, 1990).

Capitolul 18

[1] Swami Prabhupad, *Bhagavad-Gita As It Is* (New York: Bhaktivedanta Book Trust, 1972), pp. 621-626.
[2] Hanumanprasad Poddar, *The Philosophy of Love* (Rajgangpur, India: Orissa, 1978), pp. 241-254.

Capitolul 19

[1] Cu sediul în Minneapolis, MN.
[2] Martinus, *The Fate of Mankind* (Copenhaga: Martinus Institute, 1933). Traducerea în engleză în 1986.
[3] *Ibid.*, p. 20.
[4] Swami Sivananda Radha, Kundalini Yoga (Delhi, India: Motilal Banarsidass Publishers, 1992).
[5] Henry Reed, „Recovering Spirituality From Dreaming," *Venture Inward*, A.R.E./Edgar Cayce Foundation, Atlantic University, septembrie/octombrie 1995.
[6] Reed, „Recovering Spirituality From Dreaming," p. 39.

[7] Herman Riffel, *Your Dreams: God's Neglected Gift* (New York: Ballantine Books, 1981).

[8] *Ibid.*, p. 12.

[9] *Ibid.*, p. 13.

[10] *Ibid.*, pp. 20-21.

[11] *Ibid.*, p. 60.

[12] C. G. Jung, *Man and His Symbols* (New York: Double Day & Co., 1964).

[13] *Ibid.*, pp. 177-195.

[14] Ravindra Kumar, *Kundalini for Beginners* (Minneapolis, MN: Llewellyn Publishers, 2000), pp. 202-204.

Capitolul 20

[1] P. M. H. Atwater, *Coming Back to Life* (New York: Dodd, Mead, 1988).

[2] Rosemary Ellen Guiley, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experiences* (San Francisco: Harper, 1991).

[3] Carol Zaleski, *Other World Journey: Accounts of Near-Death-Experience in Medieval and Modern Times* (New York: Oxford University Press, 1987).

[4] Barbara Harris Whitfield, *Spiritual Awakening* (Deerfield Beech, FL: Health Communications, 1995), pp. 25-28.

[5] *Ibid.*, p. xi.

[6] Martinus, *The Fate of Mankind* (Copenhaga: Martinus Institute, 1933), p. 6. Traducerea în engleză în 1986.

[7] Whitfield, *Spiritual Awakening*, pp. 15-16.

[8] Diane Globe, *Through the Tunnel* (Palm Harbor, FL: S.OU.L. Foundation, 1993).

[9] *Ibid.*, p. 36.

[10] *Ibid.*, p. 33.

[11] Nils Bjorn Kvastad, *Problems of Mysticism* (Oslo: Scintilla Press, 1980).

[12] *Ibid.*, p. 352.

[13] Ravindra Kumar, *Kundalini – An Autobiographical Guide to Self/God Realization* (New Delhi, India: Sterling Publishers, 1999).

Capitolul 21

[1] Barbara Harris Whitfield, *Spiritual Awakening* (Deerfield Beech, FL: Health Communications, 1995), p. 9.

[2] Paul Twitchell, Stranger by the River (Minneapolis, MN: Eckankar, 1987).

[3] Ronald S. Lello, *Revelations-Glimpses of Reality* (Londra: Shephard-Walwyn Ltd., 1985).

[4] *Ibid.*, pp. 18-19.

[5] *Ibid.*, pp. 32-33.

[6] *Ibid.*, prefaţă.

[7] *Ibid.*, p. 75.

[8] *Ibid.*, p. 94.

[9] *Ibid.*, p. 118.

[10] *Ibid.*, p. 128.

Capitolul 22

[1] Osho Rajneesh, *From Sex to Superconsciousness* (Cologne, Germania de Vest: The Rebel Publishing House GmbH, f.d.).

[2] Anne Bancroft, *Twentieth-Century Mystics and Sages* (Londra: Penguin Group, 1976).

[3] Swami Satyananda Saraswati, *Kundalini Tantra* (Bihar, India: Bihar School of Yoga, Munger, 1984).

[4] Gopi Krishna, *The Awakening of Kundalini* (New York: Kundalini Research Foundation, 1975).

[5] Elisabeth Haich, *Sexual Energy and Yoga* (New York, NY: Aurora Press, 1982).

[6] *Ibid.*, p. 49.

[7] *Ibid.*, pp. 54-55.

[8] Barbara Harris Whitfield, *Spiritual Awakening* (Deerfield Beech, FL: Health Communications, 1995), p. 135.

[9] Ravindra Kumar, *Kundalini for Beginners* (Minneapolis, MN: Llewellyn Publishers, 2000).

[10] Rajneesh, *From Sex to Superconsciousness*, p. 112.

[11] A. K. Dey, *KHAJURAHO – The Immortal Ancient Sculpture* (Delhi, India: Jayana Publishing Co., f.d.).

[12] Sir John Woodroffe, *The Serpent Power* (Madras, India: Ganesh & Co., 1981).

[13] Ravindra Kumar, *Kundalini for Beginners* (St. Paul, MN: Llewellyn Publications, 2000).

Capitolul 23

[1] Baba Haridass, *From Sweeper to Saint* (Santa Cruz, CA: Sri Ram Publishing, 1980).

[2] Amit Jayaram, „Meditations: Freedom From Choice," *The Hindustan Times*, New Delhi, 22 septembrie '97, p. 12.

[3] P. K. Jain, „God-less Karma for Salvation," *The Hindustan Times*, New Delhi, 15 septembrie '97, p. 12.

[4] Sonam Wangchuk, „The Beauty of Bhavana," *The Hindustan Times*, New Delhi, 11 mai '97, p. 12.

[5] Nergis Dalal, „Towards a Higher Awareness," *The Hindustan Times*, New Delhi, 22 martie '97, p. 12.

[6] Barbara Harris Whitfield, *Spiritual Awakening* (Deerfield Beech, FL: Health Communications, 1995), p. 4.

[7] Aiyoshi Kawahata, *Universal Meditation* (CA: Heian International Inc., 1984).

[8] Rahul Agarwal, „Martial Arts Are a Way of Life," *The Hindustan Times*, New Delhi, 22 octombrie '97.

[9] Maulana Wahiduddin Khan, „Pilgrimage-Highest form of Worship," *The Hindustan Times*, New Delhi, 30 martie '98, p. 12.

[10] Anthony Storr, *Solitude: A Return to the Self* (New York: Ballantine Nooks, 1988).

[11] *Ibid.*, p. ix.

[12] *Ibid.*, p. ix.

[13] *Ibid.*, p. 60.

Capitolul 24

[1] Ravindra Kumar, *Kundalini for Beginners* (Minneapolis, MN: Llewellyn Publishers, 2000).

[2] Osho Rajneesh, *From Sex to Superconsciousness* (Cologne, Germania de Vest: The Rebel Publishing House GmbH, f.d.).

[3] Rajneesh, *From Sex to Superconsciousness*, p. 138.

[4] Kumar, *Kundalini for Beginners*.

[5] Rajneesh, *From Sex to Superconsciousness*, p. 210.

[6] Leroy E. Zemke, *Thoughts for Transformation* (Florida: Emberlight Publishers, 1996), p. 40.

[7] Osho, *Kundalini Yoga* (Delhi: Sterling Publishers, 1997).

Capitolul 25

[1] Swami Vishnu Tirtha, *Devatma Shakti-Kundalini* (Muni-Ki-Reti, Rishikesh, India: Yogshri Peeth Trust, 1993).

[2] Ravindra Kumar, *Kundalini for Beginners* (Minneapolis, MN: Llewellyn Publishers, 2000).

[3] Pentru exemplu, a se vedea *Kundalini: The Secrets of Life* de Swami Muktananda (1979), *Mahayoga Vijnana* de Yogendra Vigyani (1938), *The Serpent Power* de Sir John Woodroffe (1981) şi *Devatma Shakti-Kundalini* de Swami Vishnu Tirtha (1993).

Capitolul 26

[1] Swami Satyananda Saraswati, *Kundalini Tantra* (Bihar, India: Bihar School of Yoga, Munger, 1984).

[2] *Ibid.*, pp. 204-205.

GLOSAR

Achara dharma: disciplină etică
Adattadana viramana: a nu accepta ce nu ţi se cuvine
Adi: începutul
Adi lok: neted la început
Agun: absolut, fără
Ahankar: ego
Ahimsa: nonviolenţa
Ajna chakra: cel de-al treilea ochi
Akashik elements: substanţe eterice
Anahata chakra: chakra inimii
Ananda: fericire
Anandamaya kosh: dimensiunea transcendentală, inconştientă
Annamaya kosh: corpul fizic
Anupama: fără grad de comparaţie
Ardhanareeshwara: jumătate masculin, jumătate feminin, Shiva şi Shakti în unul singur, reprezentând balanţa masculinităţii şi a feminităţii
Asampragyata: samadhi fără conştienţă
Asane: poziţii de yoga
Ashram: locul exerciţiilor de yoga
Atman: suflet sau spirit, Sinele pur, dincolo de trup şi minte
Atmic: aparţinând lui Atman, sau sufletului, sau spiritului
Bal Krishna: Domnul Krishna copil
Bhairvi: zeitatea tantrică feminină
Bhakti: devotament
Bhakti sutras: versete bhakti (devotament)
Bhakti yoga: calea devotamentului
Bhajana: cântec religios
Bhoga: plăceri lumeşti
Bhoolok: planul fizic
Bhrumadhya: cel de-al treilea ochi
Bhuvarlok: planul astral, situat alături de planul fizic
Brahmacharia: continenţa sexuală
Buddhic: intelectual

Chakras: şapte centri sau vortexuri de energie pe coloana vertebrală

Chaitya purusa: existenţa fizică

Chhaya sharira: dublu eteric

Comatose torpor: transă întunecată, definită de Sri Aurobindo

Darshan: a vedea în persoană

Devachan: cer

Devarsi: mai mare peste devas (zei)

Dharma: disciplină socială sau religioasă

Dharmshala: loc de odihnă, hotel sau motel

Drsti: vedere directă

Dukha: nenorocire, durere sau suferinţă

Durga: zeitate feminină binevoitoare, aşezată pe un tigru, reprezentând înţelepciunea şi puterea; simbolul Kundalini-ului treaz şi controlat

Eckankar: religia luminii si a sunetului, fondată în Minneapolis, MN

Girdharilalji: un nume al Domnului Krishna

Golok: nivelul lui Dumnezeu

Grahastha: gospodar

Gunas: tendinţe

Hatha yoga: drumul exerciţiilor fizice de yoga care include asane (poziţii), pranayama (controlul respiraţiei), kriyas (exerciţii de curăţare), bandhas (contracţii) şi mudre (gesturi)

Hiranyalok: împărţire particulară a planului astral ce reprezintă minunea conştienţei

Ida: canal al lunii situat în stânga lui Sushumna

Jalandhara bandha: contracţia gâtului

Japa: intonarea silabelor sfinte

Jivatma: Atman, sufletul

Jnana lok: nivelul înţelepciunii

Jnana yoga: drumul cunoaşterii

Kali: zeiţă feroce, ucigaşa demonilor, reprezintă Kundalini proaspăt trezit şi nedomesticit

Kalpataru: copacul realizării dorinţelor

Kama lok: nivelul dorinţelor

Kamakhya Devi: zeiţa puterii/energiei sexuale

Kanhaiya: alt nume pentru zeul Krishna

Karana sharira: corpul cauzal

Karma yoga: drumul faptelor altruiste, acţionarea fără ataşament pentru roadele sau rezultatele acţiunii cuiva

Khechri mudra: întoarcerea limbii şi ridicarea ei spre cerul gurii (bolta palatină)

Kirtan: a cânta gloria lui Dumnezeu

Krodha: furie

Kshem: siguranţa averii cuiva

Kundalini: cunoscut ca şarpele puterii sau Shakti, energia cosmică creatoare, duplicatul feminin al Dumnezeului vizibil invizibil, aparţine nivelului cauzal, deci este invizibil la nivelul fizic, zace inactiv la baza coloanei vertebrale

Kundalini yoga: sistem de yoga creat special pentru trezirea Kundalini

Lakshmi: consoarta zeului Vishnu, zeiţă a bogăţiei

Lobha: lăcomie

Maana: mândrie

Mahapurusha: marele suflet care l-a realizat pe Dumnezeu

Maharlok: divizie superioară a nivelului mental

Maharsi: cel mai mare dintre rishis

Maithuna viramana: abstinenţa sexuală

Manasik lok: nivelul mental

Mandala: imagini sacre

Manipura chakra: chakra buricului

Maya: iluzie, înşelăciune

Mirsavada viramana: a nu mai spune minciuni

Moksha: eliberare, Nirvana

Monad: scânteie a lui Dumnezeu

Monadic: aparţinând lui monad, prima manifestare a universului vizibil invizibil

Muladhara chakra: chakra de la baza coloanei vertebrale

Mool-bandh: contracţia sfincterului anal

Mudras: gesturi specifice în yoga

Naad: sunet cosmic intern

Nadis: canale de energie situate prin tot corpul în scopul hrănirii şi al întreţinerii acestuia

Namaz: sfânta scriptură a musulmanilor

Narad Muni: sfânt iubitor al Zeului Narayana, care călătorea spre diferite niveluri apărând şi dispărând după propria plăcere

Narayana: Dumnezeu, zeul Krishna

Nirguna Brahman: Brahman fără atribute

Nirodha: renunţare

Nirvana: eliberare din ciclul moarte-renaştere

Nirvichar samadhi: conştienţă nepăsătoare

Nirvikalpa samadhi: samadhi fără fluctuaţii
Padmasana: poziţia lotusului
Paramatma: supersuflet, Dumnezeu
Paramashiva: Domnul Shiva
Parigraha parimana: a fixa mărimea achiziţiei
Parvati: consoarta zeului Shiva
Pingla: canal al soarelui situat în dreapta lui sushumna
Prana: energie vitală cosmică
Pranamaya kosh: dublu eteric, dimensiunea conştientă
Pranayama: respiraţie adâncă şi controlul respiraţiei
Pranatipata viramana: a nu mai ucide
Pret lok: nivelul stafiilor şi al spiritelor
Purusa: spirit
Radha: consoarta Zeului Krishna
Raja: rege
Raja yoga: calea regală, superioară celorlalte tipuri de yoga, postulat al lui Patanjali; începând cu stabilitatea minţii, duce practicantul la cel mai înalt grad de samadhi
Rajayogi: cineva devotat drumului raja yoga
Rajasic: dinamic, activ
Rajogun: proprietăţi ale acţiunii/activităţilor
Rasalila: dans în grup
Rigveda: *Veda* (scriere sacră) dedicată căii jnana yoga
Rishis: maeştri yoga ai vremurilor vechi
Rooh-va-tavajjah: Rază a lui Dumnezeu, energie creatoare, Kundalini
Ruha: suflet, spirit, Atman
Saccidananda: sat-chit-ananda, existenţă-cunoaştere-fericire
Sadachara: comportare corectă
Sadhana: practică yoga
Sadhu: călugăr
Sadhvi: călugăriţă
Saguna: manifestare divină a Dumnezeului cu atribute
Sahasrara: chakra coroanei
Salokya: domiciliu în locuinţa lui Dumnezeu
Samadhi: absorbţie profundă
Samaveda: *Veda* (scriere sacră) dedicată căii bhakti yoga
Samipya: existenţa în apropierea Domnului
Samyaka-charitra: comportare corectă
Samyaka-darshan: credinţă corectă
Samyaka-jnana: cunoaştere corectă

Sangam: punctul de întâlnire al celor trei râuriGanga, Jamuna şi Saraswati

Sankalpa: voinţă

Sankatamochan Mahavirji: dumnezeul maimuţă Hanuman

Sankhya: clasificarea a tot ce se cunoaşte, fără referire la Dumnezeu, filozofie ştiinţifică antică din India

Sanyasa: renunţare

Saripya: a avea o formă similară Domnului

Saraswati: zeiţa înţelepciunii

Sarsti: a te bucura de aceleaşi puteri ca Domnul

Satguru: guru interior, profesor spiritual, guru

Satogun: proprietăţi ale purităţii

Satsanga: compania religioşilor sau a oamenilor cu credinţă în Dumnezeu

Sattvic: aparţinând purităţii

Satya lok: nivelul adevărului

Savikalpa samadhi: samadhi cu fluctuaţii

Sayujya: identitate absolută cu Domnul

Shabda: sunet cosmic intern

Shakti: duplicatul feminin al lui Dumnezeu, energie creatoare

Shaktipat: trimitere directă a puterii spirituale de către un guru

Shambhavi mudra: gestul dătător de fericiere (recompunerea unei imagini vizualizate)

Shunyata: gol

Siddha: priceput

Siddhi: super puteri sau puteri paranormale

Sindur: roşu-aprins

Smriti: memorie inspirată a adevărului

Sravaka: profan

Sravika: profană

Sruti: auz direct

Sthool lok: nivelul fizic

Sthool sharira: corpul fizic

Sukha: confort, fericire

Sukshma sharira: corp astral

Surati: energie creativă Kundalini

Sushumna: canal central, cărare a lui Kundalini conştient

Swadhishthana chakra: chakra pelvisului

Swargalok: cer, divizie inferioară a nivelului mental

Swayambhu linga: stâlp (linga) în jurul căruia Kundalini rămâne încârligat, închizând începutul stâlpului cu gura sa

Tamasic: aparţinând inerţiei

Tamogun: proprietăţi ale inerţiei

Tantra yoga: drum ce conduce la unirea lui Shiva şi Shakti sau forţele masculine şi feminine, conducând la eliberare; folosind diferite tipuri de yoga, ritualuri, adorare, disciplină, meditaţie şi realizare a puterilor

Tap lok: nivelul austerităţilor

Tapas: asceză, abţineri - voinţa spiritului transcendent, definit de Sri Aurobindo

Tat-tvam-asi: that-thou-art

Tilak: pastă din lemn de santal aplicată de bărbaţi pe al treilea ochi

Trataka: concentrare în faţa celui de-al treilea ochi

Trikal siddhi: puterea de a controla trecutul, prezentul şi viitorul

Triveni: locul convergenţei a trei râuriGanga, Jamuna şi Saraswatisituat în Allahabad, India

Tulpa: maimuţă creată prin puterea minţii de către Alexandra David-Neel

Twice-born: cineva care este conştient spiritual şi eliberat

Uddiyan bandh: rotirea buricului

Upasana: absorbţia în conştienţa proprie a cuiva

Vaikunth lok: nivelul lui Dumnezeu

Vanaprasthi: aparţinând acelei părţi a vieţii după ce viaţa conjugală e desăvârşită

Varna: castă sau împărţire a societăţii de care aparţine cineva

Vasana sharira: corp astral

Vasudeva: Domnul Krishna

Vigyanmaya kosh: dimensiune subconştientă sau inconştientă, aspecte intuitive

Vipassana: tip particular de meditaţie

Vishnumaya: sora Domnului Krishna

Visuddha chakra: chakra gâtului

Yajna: sacrificiu pe focul sacru

Yajurveda: Vedas devotaţi drumului karma yoga

Yog: a furniza nevoile

Yoga: unire divină a sufletului şi a super sufletului

Yogin: cineva care urmează disciplina yoga

Bibliografie

Abrevieri: f.d.=fără dată
JRPR = Journal of Religion and Psychical Research

Agarwal, Rahul. „Martial Arts Are a Way of Life," *The Hindustan Times, New Delhi*, 22 octombrie, 1997.

Asaramji, Saint. *Sachcha Sukh*. Sabarmati, Ahmadabad, India: Saint Asaramji Ashram, 1994.

Atwater, P. M. H. *Coming Back to Life*. New York: Dodd, Mead, 1988.

Aurobindo, Sri. *The Life Divine*. Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1970.

The Synthesis of Yoga. Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.

Savitri. Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, f.d.

Letters on Yoga. Pondicherry, India: SABDA, Sri Aurobindo Ashram, 1958.

Thoughts and Aphorisms. Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1982.

The Yoga of Divine Works: Karmayoga. Sri Aurobindo Ashram, Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1986

Aurobindo, Sri, şi The Mother. *The psychic being*. Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, 1989

Baba, Meher. *Discourses by Meher Baba Vol. I, II, III*. San Francisco: Sufism Reoriented Inc., 1967

Bancroft, Anne. *Twentieth-Century Mystics and Sages*. Londra: Penguin Group, 1976.

Besant, Annie. *Initiation: The Perfecting of Man*. Chicago: Theosophical Press, 1923.

DeathAnd After. Madras, India: The Theosophical Publishing House, 1966.

Beversluis, Joel. *A Source Book for Earths Community of Religions*. Grand Rapids, MI: CoNexus Press & NY: Global Ed. Associates, 1995

Blavatsky, Helena P. *Collected Writings*. 16 volume. Wheaton, IL: Theosophical Publishing House, 1980-1988.

Borgia, Anthony. *More About Life în the World Unseen*. Londra: Uddam Press Ltd., f.d.

Bucke, R. M. *Cosmic Consciousness*. Secaucus, NJ: The Citadel Press, 1961.

Chakrapani. „Chamatkar hi tha Vah." *Manohar Kahanian* (martie 1997).

„Trikal Siddhi." *Manohar Kahanian* (mai 1997)

Chatterji, Mohini M. *Vivek-Chudamani or the Crest Jewel of Wisdom of Sri Samkaracharya*. Madras, India: TPS, Adyar, 1932.

Dalal, Nergis. *„Towards a Higher Awareness,"* The Hindustan Times (23 martie, 1998)

David-Neel, Alexandra. *Magic and Mystery in Tibet*. New York: Dover Publications, 1971.

Devi, Shri Nirmala. *Sahaja Yoga*. New Delhi, India: Printographics, f.d.

Dey, A. K. *Khajuraho: The Immortal Ancient Sculpture*. Delhi, India: Jayna Publishing Co., f.d.

Doyle, Arthur Conan. *The Coming of the Fairies*. Londra: Hodder & Stroughton, 1922.

Field, Rashid. *The Last Barrier*. New York: Harper & Row Publishers, 1976.

Globe, Diane. *Through the Tunnel*. Palm Harbor, FL: S.O.U.L. Foundation, 1993.

Goswami, Amit, cu Richard. E. Redd şi Maggie Goswami. *The Self-Aware Universe*. New York: Jemery P. Tarcher / Putnam Book, G.P. Putnams Sons, 1993.

Goyal, J. D. *Mrtyu ke Bad* (Occult Science). New Delhi, India: Hind Pocket Books, 1996.

Grosso, Michael. *Frontiers of the Soul*. Wheaton, IL: Quest Books, 1992.

Guiley, Rosemary Ellen. *Harpers Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experiences*. San Francisco: Harper San Francisco, 1991.

Haich, Elisabeth. *Sexual Energy and Yoga*. New York: Aurora Press, 1982.

Hall, Manly P. *And Encyclopaedic Outline of Masonic, Hermetic, Qabbalistic and Rosicrucian Symbolical Philosophy*. San Francisco: H. S. Crocker Co., 1928.

Hamid, A. „Ma Ka Dil." *Manohar Kahanian* (martie 1997).

Haridass, Baba. *From Sweeper to Saint*. Santa Cruz, CA: Sri Ram Publishing, 1980.

Haslop, F. *Life Worth Living*. Londra: Brook House, f.d.

Herbert, Nick. *Quantum Reality*. New York: Double Day, Anchor Books, 1987.

Huxley, Aldous. *The Perennial Philosophy*. New York: Harper & Row Publishers, 1944.

Jain, P. K. „God-less Karma for Salvation," *The Hindustan Times*, New Delhi, 15 septembrie, 1997.

James, Ivor. *The Astral World*. London: Audio Tape 1996.

Jayaram, Amit. „Meditations: Freedom from Choice," *The Hindustan Times*, New Delhi, 22 septembrie, 1997.

Jung, C.G. *The Collected Works*. 18 volume. New York: Bollingen-Pantheon, f.d.

Memories, Dreams, Reflections. Recorded and editet by Aniela Jaffe. New York: Vintage Books, 1989.

Man and His Symbols. New York: Double Day & Co., 1964.

Khan, Maulana Wahiduddin. „Pilgrimage: Highest Form of Worship," *The Hindustan Times*, New Delhi, 30 martie, 1998.

Klemp, Herald. *Soul Travellers of the Far Country*. Minneapolis, MN: Eckankar, 1987.

The Eck Dream 2 Discourses, No. 11. Minneapolis, MN: Eckankar, 1990.

Letters of Light and Sound 1, No. 8. Minneapolis, MN: Eckankar, 1992.

Krishna, Gopi. *The Awakening of Kundalini*. New York: Kundalini Research Foundation, 1975.

Kumar, Ravindra. *Secrets of Numerology*. New Delhi, India: Sterling Publishers Pvt. Ltd., 1997.

„Journey Back Home-4: Personality Transformations with Chakras." *JRPR* octombrie 1994.

Destiny, Science and Spiritual Awakening. New Delhi, India: Sterling Publishers Pvt. Ltd., 1997.

„Psychic Indivituation and Self-Realization-I." *JRPR*, iulie 1997.

Journey Back to Our True Home: Through Spiritual Energy Kundalini. New Delhi, India: Sterling Publishers Pvt. Ltd., 1999.

Kundalini for Beginners. Minneapolis, MN: Llewellyn Publications, 2000.

Kvastad, Nils Bjorn. *Problems of Mysticism*. Oslo, Norvegia: Scintilla Press, 1980.

Larsson, Erik Gerner. *Martinus*. Copenhagen: Martinus Institute, 1963.

Leadbeater, C. W. *The Astral Plane*. Madras, India: The Theosophical Publishing House, 1933.

Lello, Ronald S. *Revelations: Glimpses of Reality*. Londra: Shephard-Walwyn Ltd., 1985.

Long, Max Freedom. *The Huna Code in Religions*. California: DeVorss & Company, 1965.

Martin, Joel, şi Patricia, Romanowski. *We Are Not Forgotten*. New York: Berkeley Books, 1991.

Martinus. *The Fate Of Mankind*. Copenhaga, Danemarca: Martinus Institute, 1933. (traducerea în engleză în 1986).

Moody, Raymond A. Jr. *Life After Life*. New York: Bantam Books, 1975.

Morris, R. L. & M. L. Edge. *Foundations of Parapsychology*. Boston: Routledge and Kegan Paul, plc, 1986.

Muktananda, Swami. *Chitshakti Vilas (The Play of Consciousness)*. Maharashtra, India: Gurudev Siddhapeeth, 1972.

Kundalini: The Secret of Life. Ganeshpuri, India: Gurudev Siddha Peeth, 1979.

Myers, W. W. Frederic. *Human Personality and Its Survival After Death*. Volumele 1 şi 2. New York: Longmans, Green & Co., 1954.

Newton, Michael. *Journey of Souls*. Minneapolis, MN: Llewellyn Publications, 2000.

OBrien, Stephen. *Voices from Heaven*. Londra: The Acquarian Press, 1991.

Visions of another world. Londra: The Acquarian Press, 1989.

Osho. *Kundalini: In Search of the Miraculous*. New Delhi, India: Sterling Publishers (P) Ltd., 1997.

Pike, James. *The Other Side*. Londra: W. H. Alan, f.d.

Poddar, Hanumanprasad. *The Philosophy of Love*. Rajgangpur, India: Orissa, 1978.

Prabhupad, Swami. *Bhagavad-Gita As It Is*. Los Angeles, CA: Bhaktivedanta Book Trust, 1968.

Radha, Swami Sivananda. *Kundalini Yoga*. Delhi, India: Motilal Banarsidass Publishers, 1992.

Rai, Dina Nath. *Kundalini Awakening: A Practical Guide*. Lucknow, India: Kundalini Yoga Research Institute, 1997.

Rajneesh, Osho. *From Sex to Superconsciousness*. Cologne, Germania de Vest: The Rebel Publishing House GmbH, f.d.

Rao, M. Rajeshwar. *The Legend of Shri Shirdi Sai Baba and His Teachings*. Secundarabad, India: Sri Sai Baba Mandir, f.d.

Reed, Henry. „Recovering Spirituality from Dreaming," *Venture Inward*, A.R.E./Edgar Cayce Foundation, Atlantic University (septembrie/octombrie 1995).

Riffel, Herman. *Your Dreams: Gods Neglected Gift*. New York: Ballantine Books, 1981.

Ring, K. *Heading Towards Omega*. New York: Morrow, 1984.

Ring, K., şi C. Rosing. „The Omega Project." *The Journal of Near Death Studies*, 8, nr. 4: 211-239.

Rocher, Grace. *Beyond the Horizon*. Londra: Messrs James Clark & Co., f.d.

Sahai, Chaturbhuj. *Sadhana ke Anubhava*. Mathura, India: Ramashraya Satsang, 1987.

Saint Sri Mira Bai. Mathura, India: Ramashraya Satsanga, 1990.

Satprem. *On the Way to Supermanhood*. New York: Institute for Evolutionary Research, 1985.

Sri Aurobindo or the Adventure of Consciousness. New York: Institute for Evolutionary Research, 1991.

Sherwood, Jane. *Post Mortem Journal*. Londra: Messrs Naville Spairman Ltd., f.d.

Singh, Satya Prakash. *Sri Aurobindo and Jung*. Aligarh, India: Madhucchandas, 1986.

Sted, W. T. *After Death*. A zecea ediţie. Londra, 1921.

Steiger, Brad. *In My Soul I Am Free*. Minneapolis, MN: Eckankar Books, 1988.

Storr, Anthony. *Solitude: A Return to the Self*. New York: Ballantine Books, 1988.

Svoboda, Robert E. *Kundalini*. New Delhi, India: Rupa & Co., 1994.

Swain, Jasper. *On the Death of My Son*. Londra: Turnstone Books, 1974.

Tirtha, Vishnu. *Devatma Shakti (Kundalini): Divine Power*. Muni-Ki-Reti (Rishikesh), India: Yogshree Peeth Trust, 1993.

Twitchell, Paul. *Eckankar: The Key to Secret Worlds*. San Diego, CA: Illumined Way Press, 1969.

Vaze, D. R. *Upanishads Chetna Sanstha and Kundalini*. Pune, India: Research Thesis, f.d.

Walker, Claire G. *The Psychic Revolution of the 20th Century and Our Psychic Sense*. Seal Beach, CA: Psychic Sense Publishers, 1997.

Wangchuk, Sonam. „The Beauty of Bhavana," *The Hindustan Times*, New Delhi, 11 mai, 1998.

Woodrooffe, Sir John. *The Serpent Power*. Madras, India: Ganesh & Co., 1981.

Yogananda, Paramahansa. *Autobiography of a Yogi*. New Delhi, India: Jaico Publishing House, 1986.

Zaleski, Carol, *Other World Journeys: Accounts of Near-Death Experience in Medieval and Modern Times*. New York: Oxford University Press, 1987.

Zemke, Leroy E. *Thoughts for Transformation*. Florida: Emberlight Publishers, 1996.

Zukav, Gary. *The Seat of the Soul*. New York: Fireside Books, Simon & Schuster, 1989.

Declaraţie pentru Ravindra Kumar

Îl cunosc pe dr. Ravindra Kumar îndeaproape din 1995, când a lucrat cu mine ca profesor de religie comparativă la Belk Research Foundation din Charlotte, Carolina de Nord. Înainte de aceasta, l-am ascultat când vorbea cu mare autoritate despre subiectul vieţii de după moarte la mai multe conferinţe internaţionale. Vorbea cu elocinţă şi încredere, ideile lui fiind clar bazate pe investigaţiile personale în alte sfere de existenţă. Revelaţiile sale – venind de la un spirit conştient de sine cu o pregătire ştiinţifică – erau cu mult mai convingătoare.

Dr. Kumar şi-a obţinut doctoratul în matematică de la Institutul Indian de Tehnologie din New Delhi în 1968. După aceasta a realizat cercetări postdoctorale la Lancaster University, Marea Britanie şi la Imperial College, Londra. De asemenea, el s-a afiliat cu Institutul Indian de Tehnologie pentru şaptesprezece ani ca profesor de matematică din Delhi, şi mai târziu cu universităţi din Irak, Nigeria, Zimbabwe, Etiopia, Insulele Fiji, Tanzania şi SUA în aceeaşi calitate (de profesor vizitator). În timpul acestei perioade, el a scris peste treizeci de lucrări de cercetare şi patru cărţi ce aparţin domeniului matematicilor aplicate.

În 1987, dr. Kumar a experimentat trezirea lui Kundalini, eveniment unic ce i-a transformat întreaga viaţă. El şi-a pierdut interesul pentru lumea materială, atenţia lui întorcându-se către spiritualitate. Într-un deceniu a reuşit să realizeze opt îndreptare practice pentru hatha yoga, Kundalini yoga, kryia yoga, chakre şi nadis, mantra, aure, vise şi dezvoltarea psihicului. De asemenea,

a scris *Secrets of Numerology* (1992) şi *Destiny, Science and Spiritual Awakening* (1997). Dr. Kumar se concentrează în continuare să scrie cărţi ce combină înţelepciunea clasică cu descoperiri ştiinţifice moderne. După *Kundalini for Beginners* (2000), *Kundalini: poarta către înalta conştienţă* este a patra în seriile sale mult aclamate ce ilustrează veriga comună a tuturor religiilor de o energie spirituală, respectiv aici Kundalini. Dr. Ravindra Kumar a dezvoltat o metodă numită „Calea Integrală" care include exerciţii de yoga, pranayama (controlul respiraţiei), meditaţie, rugăciune, studiul scripturilor şi sex regulat. Această Cale Integrală este o combinaţie ştiinţifică de discipline yoga variate şi e posibil să fie cea mai scurtă cale de a trezi energia Kundalini şi de a experimenta realizarea personală/divină în cursul unei vieţi.

Abordarea dr. Kumar este în acord cu învăţăturile antice vedice şi cu constatările mai multor maeştri. Atelierele sale captivante şi iluminatoare (care se pot întinde pe parcursul a două ore) despre trezirea lui Kundalini – un potenţial vast de energie ce zace adormit în fiecare din noi – comandă un răspuns internaţional permanent în creştere.

Dr. Kumar a fondat deja centre de Kundalini Yoga şi Quantum Soul la New Delhi, Bradenton (Florida), Copenhaga şi Londra. El aşteaptă cu nerăbdare să fondeze centre suplimentare în întreaga lume, dar acum se concentrează să scrie cărţi în care intenţionează să arate cum toate religiile au o verigă comună în energia spirituală cunoscută drept Kundalini.

Dr. Kumar a fost instruit recent în arta Shaktipat (transmiterea directă de energie de la guru la discipol) de către guru său. Prin Shaktipat, Kundalini poate fi trezit într-un timp foarte scurt. Dr. Kumar acceptă acum discipoli pentru instruire.

– WILLIAM HENRY BELK II
Director fondator al *Belk Research Foundation*
Charlotte, NC, SUA

CUPRINS

Cuvânt înainte 5
Prefaţă 10
Mulţumiri 13
Introducere 15

PARTEA ÎNTÂI
Cealaltă lume

Capitolul 1
Trezirea prin a doua naştere 21
Capitolul 2
Dovada şi motivul planului divin 32
Capitolul 3
Procesul morţii, moartea şi viaţa de apoi 45
Capitolul 4
Planul astral 59
Capitolul 5
Planele mental şi cele superioare 69
Capitolul 6
Kundalini şi porţile raiului 81

PARTEA A DOUA
Sufletul ca şi călător

Capitolul 7
Teoria Universului şi sufletul 91

Capitolul 8
Conştiinţă, Eul, Sine şi Dumnezeu 99
Capitolul 9
Călătoria sufletului 111
Capitolul 10
Dovezi ale puterii sufletului 124
Capitolul 11
Dovezi ştiinţifice ale existenţei sufletului 138

PARTEA A TREIA
Unitate în diverse abordări

Capitolul 12
Realitatea interioară şi individuaţia 153
Capitolul 13
Transformare şi comparaţie 163
Capitolul 14
Religia ştiinţifică a lumii 173

PARTEA A PATRA
Porţile de acces spre conştiinţa superioară

Capitolul 15
Karma Yoga –
calea acţiunii prin abandonul Eului 183
Capitolul 16
Jnana Yoga – calea cunoaşterii 189
Capitolul 17
Bhakti Yoga – calea evlaviei 202
Capitolul 18
Metodele vedice ale sfântului Krishna 214
Capitolul 19
Metoda visurilor 218

Capitolul 20
Experienţe de moarte clinică 236
Capitolul 21
Crize şi suferinţă 241
Capitolul 22
Calea sexului 252
Capitolul 23
Alte metode 266

PARTEA A CINCEA
Explorarea realităţii cu ajutorul Kundalini

Capitolul 24
Secretele trezirii Kundalini 283
Capitolul 25
Calea Integrală şi Kundalini 289
Capitolul 26
Fiziologia Kundalini 306

Cuvânt de încheiere 325

Note 331
Glosar 346
Bibliografie 354
Declaraţie pentru Ravindra Kumar 358

Au apărut

Jeremy Narby

Şarpele cosmic : ADN-ul şi originile cunoaşterii

„Este o superstiţie să refuzi superstiţiile, remarca Bacon, şi trebuie să-i acordăm toată cinstea autorului Jeremy Narby pentru a fi găsit drumul prin hăţişul lăsat în urmă de raţionalismul ştiinţific în încercarea de a transforma adevărul experienţei într-o adevărată superstiţie. *Şarpele cosmic* tratează viziunile pe care le ai după ce iei *ayahuasca*, iar Narby susţine că nu tratează superstiţii, ci realitatea unei experienţe. Mai mult, că imaginile şerpilor şi scărilor care însoţesc experienţa nu au legătură numai cu planta, ci chiar cu spirala ADN. Pentru a dovedi asta, triază dovezile oferite de biologia moleculară şi-l lasă pe cititor cu uimitoarea convingere intimă că viziunea asupra lumii oferită de ayahuasca nu este alta decât aceea oferită de ştiinţă, dar văzută dintr-o altă perspectivă, mai degrabă a individului decât a sinelui.

Sinele este un subiect pe care întotdeauna ştiinţa l-a ocolit superstiţioasă, iar natura lui biologică a fost considerată o enigmă. Cartea lui Narby intrigă, informează şi face misterul să pară de domeniul public. Îmi confirmă credinţa că noua paradigmă pe care o trăim va fi animată de aceea veche, iar şarpele cosmic din carte este un vestitor al acestui moment minunat."

Francis Huxley, antropolog,
autorul cărţii *The Way of the Sacred*

Ovidiu-Dragoş Argeşanu

Devenirea

„Acum trebuia să se pregătească pentru mâine ca să ia puterea demonului. Pentru asta trebuia să îl ducă în fa a Celui de Sus învins, legat. Asta nu era o problemă, o mai făcuse. Bolnavii se duceau la Liturghie şi în timpul slujbei se vindecau. Nu ştiau că cel care le lua chinul păcatelor era el, intrau pe uşă bolnavi şi, minune, ieşeau sănătoşi. Din când în când câte un copil vindecat povestea cum ieşise din el câte un

duh necurat şi cum venise un înger îmbrăcat în haine albe şi îi tăia capul. Nu ştiau însă ce stătea în spatele acestor lucruri şi acum trebuia să ia puterea demonului în el şi să aibă puterea să-l învingă din interior. O mai simţise, puterea lui, ura, mânia, disperarea şi apoi frica, plânsetul şi durerea lor când pierdeau un suflet, teroarea că aveau să ajungă la rândul lor în iad unde nici chiar lor nu le plăcea.

Acum? Dacă te învinge? Pune stăpânire pe tine şi eşti capabil să faci tot răul din lume. Poţi ajunge să faci orice: să ucizi, să te sinucizi, să violezi şi să pângăreşti până şi copii. Văzuse prea multe în viaţa lui ca să nu ştie că nu te poţi juca cu răul. Călugări socotiţi puternici căzuseră, măicuţe, preoţi. Pentru ei, care îşi aleg baricada, ispita este mult mai mare decât a mirenilor simpli. Cazurile disperate de prin mânăstiri erau aduse tot la el, aşa că nu era nimic nou sub soare. Tentaţiile la care te supune atunci demonul sunt foarte puternice, dar nu de ele îi era frică, le ştia de prea mult timp, trecuse prin toate, îl preocupa mai mult posibilitatea ca să îi pună stăpânire pe trup fără voia lui. Asta ar fi însemnat că îi intra în inima creierului şi de acolo se putea folosi de el oricum."

Ovidiu-Dragoş Argeşanu

Arta războiului PSI

„Nu ştim să ne rugăm, nici să ne cerem iertare, şi asta din cauza faptului că nu ştim faţă de ce greşim. În timp, mi-au venit diverşi pacienţi care aveau fiecare problemele lor. Am realizat că fiecare plătea pentru ceea ce greşise. Răul pe care îl făcuse în viaţa asta sau în alta se întorcea ca un bumerang. Aşa am ajuns să înţeleg că iertarea şi iubirea fac să se taie legăturile karmice şi am ajuns la această formă de rugăciune care este o sinteză a rugăciunilor ortodoxe, radiestezice şi a mea personală. Ţin să precizez, a mia oară dacă este nevoie, că legătura cu Dumnezeu este una personală şi că dacă ai avea o iubită nu i-ai recita versuri din Eminescu pentru a-i spune cât o iubeşti, iar dacă ai face-o, rezultatul ar fi doar să o plictiseşti. Vorbiţi cu El, certaţi-vă cu El. Orice atitudine vie este superioară unei litanii făcute fără de suflet şi plictisitoare. În concluzie dau această rugăciune ca model pentru a fi conştienţi faţă de ce elemente putem greşi. Devenind conştienţi de greşelile noastre, putem să nu le mai repetăm şi în felul acesta să urcăm spiritual."

Ovidiu-Dragoş Argeşanu

Atacul PSI

„Parapsihologii au vrut să vadă dacă pot face într-adevar ceea ce am scris, oamenii cu probleme au dat buluc, aşa că, în acest moment, sunt destul de obosit şi sufocat şi de unii şi de ceilalţi. A adus câteva lucruri bune această carte, cred că a reuşit să facă legătura dintre spirit, energetic şi trup la un nivel accesibil tuturor. În unele păr i-a sunat poate cam didactic, dar trebuia, pentru intelectuali, şi nu îmi pare rău. Sunt medici, chiar profesori de medicină, pe care am reuşit să-i conving de adevărul spuselor mele, sunt şi preoăi, şi călugari, şi consider că dacă numai un singur om a putut să-şi schimbe comportamentul faţă de Dumnezeu, lume, viaţă şi el însuşi, atunci tot a meritat efortul. Unii au fost şocaţi, altora le-am confirmat ideile, pe alţii i-am deranjat."

Ovidiu-Dragoş Argeşanu

Reiki: între mit şi realitate

„Am văzut oameni schimbându-se după ce au făcut Reiki, devenind mai buni, mai toleranăi, mai sinceri şi mai drepăi, mai liniştiăi şi mai încrezători în ziua de mâine. Unii s-au întors la ortodoxie, începând să ăină posturile, să se spovedească şi să se roage după ce au făcut Reiki. Iar ca terapeut am avut rezultate pe care prin alte sisteme la aveam după mai multe săptămâni. Cred că Reiki este cea mai frumoasă formă de terapie îngăduită de Dumnezeu pe pământ pentru că ea se adreşează şi creştinilor şi necreştinilor, şi credincioşilor şi ateilor, şi plantelor şi animalelor. Din punctul meu de vedere este mai frumoasă decât ortodoxia, pentru că aceasta se limitează la cei botezaţi, mai frumoasă decât radiestezia, pentru că ea se adresează numai creştinilor cu EBF-ul peste 81 şi celor care-şi fac cruce, iar ca vibraţie este superioară Chi Kung-ului."

Tipărit la **S.C. TIPARG S.A.**
DN 65B Varianta Autostradă - Slatina
Tel: 0248/ 615 416; 0248/ 615 417
Tel./Fax: 0248/ 221348
E-mail: office@tiparg.ro; www.tiparg.ro